# 阅读力

简明五步点燃孩子阅读激情

清晰、简单、有趣
与孩子分享阅读的幸福




[美] 南希·纽曼（Nancy Newman）— 著
孙玲莉 — 译



# RAISING PASSIONATE READERS

中信出版集团

# 版权信息

书名:阅读力：简明五步点燃孩子阅读激情

作者:[美]南希·纽曼

译者:孙玲莉

ISBN:9787508684451

中信出版集团制作发行

# 关于此书

“对想要培养孩子热爱阅读的家长来说，《阅读力：简明五步点燃孩子阅读激情》是最棒的入门指南。我经常和来图书馆的家长们分享南希·纽曼的建议，也把她的技巧应用到我自己的孩子身上。”

**卡丽·西尔贝曼**

纽约社会图书馆儿童馆主任，图书馆学硕士

“南希·纽曼提供了一套清晰、简单、有力的步骤来促进孩子热爱阅读，这份热爱是学业和人生成功的重要基础之一。”

**乔纳森·科恩**

博士，美国全国学校氛围中心主席，著有《思想与心灵教育》

“《阅读力：简明五步点燃孩子阅读激情》包含丰富的观点，寓教于乐，作者还分享了与语言有关的亲身经历。无论是父母、祖父母，还是教育工作者，都可以从此书中受益！”

**艾米丽·康斯托克·迪·马蒂诺**

博士，儿童文学专家，纽约市立大学柏鲁克分校师范教育系主任

“南希·纽曼的建议充满睿智和乐趣。家长们快行动起来吧！孩子会埋首于喜爱的书中，眼睛都不抬一下！”

**帕特丽夏·劳伦斯**

纽约市立大学博士

“在如今快节奏的科技世界中，《阅读力：简明五步点燃孩子阅读激情》提醒我们阅读的重要性，是一本极有价值的书。”

**玛琳·维罗索**

儿童研究中心执行理事

“南希·纽曼在书中提供了一些有趣的方法，它们可以帮助孩子将玩乐的时间变成有意义的学习经历。她还特别给了有失读症（阅读障碍）的孩子和他们的家长一些建议，这些建议非常有帮助，能够鼓舞人心。”

**卡罗尔·托马森**

教育学硕士，北卡罗来纳州教堂山小镇学习顾问兼阅读专家

“创造一个热爱阅读的世界，这就是作为小说家、老师和母亲的南希·纽曼的愿景，并且纽曼发明了一套方法来实现这个愿景。现在每个孩子都可以专注阅读，并且一生享受阅读时光！”

**翠西·马克思**

著名童书作家，著有《触摸天空》《永远的沼泽地》等

“南希·纽曼所述的行动步骤简单易行，将为孩子在阅读及学习技巧方面带来持续一生的变革性影响，这是开启未来每一扇大门的钥匙和把握每一个机遇的关键。”

**卡琳·泰勒**

纽约独立出版中心前执行理事

“纽曼提供的建议振奋人心，技巧容易上手，而且既实用又有趣。我向所有的父母以及关注家庭读写能力的组织推荐这本书。”

**乔·乌曼**

“一人一书”组织执行理事

# 关于作者

“作者的建议带给人很多灵感和鼓励，将阅读和学习变成一种乐趣，让人避免急于求成。”

**罗斯玛丽·米利曼**

三一学校低年级部（Lower School）校长

“纽曼的演讲让整个学校津津乐道，演讲中提到的育儿现状和实用的技巧，每一位家长都能在家使用。纽曼提供的信息清晰、简单、令人振奋。”

**南希·舒尔曼**

92Y幼儿园前主任，现任美国爱文学校早期学习中心分部负责人

“纽曼是以一个过来人的身份跟大家分享经验——她的孩子也有类似的遭遇，但她帮助孩子克服了困难。她的建议如此简单实用，我们平时很少能想到，却很容易做到。”

**黛博拉·马尔凯维奇**

166公立学校家长协调员

“很多家长都对纽曼的工作坊赞不绝口，这是前所未有的，它确实能带给人很多启发。”

**莉蒂亚·史宾尼利**

布里克教会学校主任

“她的想法具有创造性，实施起来毫无压力。这样宝贵的内容让家长、老师、大学教授、学习专家都受益匪浅。”

**琳达·塞尔文**

国际读写障碍协会纽约分会前执行理事

“凡是听过她的理念的人无不交口称赞，很多家长尝试了她的建议，确实收获颇丰！”

**贝丝·塔什里克**

卡尔盖特中学低年级部负责人

“她所讲的内容对老师来说十分宝贵，对家长同样很有帮助。”

**凯文·P. 迈克尔**

比尔克瓦滕莱诺克斯学校低年级部主任

“纽曼自己既是家长也是教育工作者，她通过自身经验总结出的育儿秘诀十分令人信服。”

**瓦莱丽·肯尼迪**

纽约国际幼儿园前主任



**献给挚爱的丈夫H.H.E.**



# 推荐序
# 阅读照亮童年

对孩子来说，阅读的重要性显而易见，可以说，阅读几乎建构了孩子世界的全部。惠特曼曾写下这样的诗歌：“有一个孩子每天向前走去/他看见最初的东西，他就变成那东西/那东西就变成了他的一部分。”这完全就是对阅读对于孩子的重要性的形象说法。

“阅读真的很重要”是我们的共识，如果一个人想要在有限的一生中不断提升自己，那么，有效阅读几乎是唯一的途径。而在孩提时代奠定热爱阅读的基础，将使孩子一生受益，正如南希·纽曼所指出的，阅读力非但能有助于学业，还有助于收获成功的人生。

关于阅读的书，我读过很多，比如最著名的一本就是艾德勒和范多伦的《如何阅读一本书》，而日本的奥野宣之也写了一本《如何有效阅读一本书》。然而这些书都是给成年人看的，告诉成年人如何阅读。

关于对孩子的阅读指导究竟应该怎么样有效展开，其实并没有多少特别专业的书籍进行说明。《打造儿童阅读环境》和《朗读手册》是其中较为传统、较有影响力的两本。现在，中信出版集团的这两本新书，《阅读力：未来小公民的阅读培养计划》和《阅读力：简明五步点燃孩子阅读激情》，将会成为我们指导孩子阅读的重要参考书。

贾森·布格有一个可爱的女儿叫奥利芙，从女儿0岁开始，他就与女

儿进行亲子共读。《阅读力：未来小公民的阅读培养计划》就是他多年来的亲子共读心得，以及基于实践之上的阅读指导建议。

而《阅读力：简明五步点燃孩子阅读激情》的作者南希·纽曼是一位小说家、老师和母亲，正如有人对她的评价所说，她的愿景，就是创造一个热爱阅读的世界，并且，她发明了一套方法来实现这个愿景，让每个孩子都可以专注阅读，并一生享受阅读时光！

这两本书的作者都是学者，同时又为人父母，他们身体力行，以自己的观察与亲身经历为依据，旁征博引各种教育与阅读理论，写出了既轻松好读，又对读者大有裨益的著作。简单地说，这两本书有一些共同的特点值得读者关注。

首先，这两本书陈义甚高，作者深知阅读的重要性，是以从公民培养、人生方向的层面入手，这样可以显著地提升我们对阅读这件事的认知。阅读如呼吸，它给予心灵营养，是一个人的精神初乳。所以，阅读首先是非功利的，同时，又能带来实际的知识的增加和技能的提高，重要性不言而喻。

其次，这两本书都是问题指导型的，并非理论研究或者道理说教。作者从儿童，甚至婴儿的层面来考虑问题，是以行文亲切，内容读起来毫不费力。又因为两本书都是问题指导型的，所以往往有的放矢，能够解决我们常见的疑虑。

再次，这两本书的一大共同特点就是具有时代性，这两位作者一直与时代同步前进，是以他们在阅读教育中遇到的问题，大多是我们当下遇到的问题，他们的文字颇能切中时弊。比如，两本书都谈到了一个问题，就是孩子如何与电子产品相处。这正是我们这个时代育儿过程中习见的一个难题。平板电脑与智能手机确实改变了我们的生活，但是，我们的孩子在与这些电子产品相处时，又经常会沉溺其中，不能自拔。那么我们身为家长，又该如何处理呢？两位作者分别给出了中肯的意见，

一方面并不全然排斥，一方面又有所节制，甚至布格还给出了很多利用电子产品与孩子有效沟通的好点子，推荐了一系列适合孩子玩的手机应用。看来，阅读也是与时俱进的，不可自外于时代与科技的发展的啊。

阅读当然是一件好事。而我们面临的问题的关键在于，家长或老师，并没有太多技巧与手段。在指导孩子阅读时，家长和老师究竟怎么做，才能让孩子更好地享受到阅读带来的益处，同时自己也享受到指导孩子阅读的乐趣？如果诸君带着这样的需求去读书，那么在翻阅这两本书时，定能有所收获。

阅读推广人 蔡朝阳



# 自序
# 我与这本书的故事

火苗从垃圾桶里蹿了出来，学生们哄笑着，把纸团成一团扔进火里。我大声呼喊求助，门卫带着灭火器冲了进来，虽然他们把火扑灭了，但我还是陷入了绝望之中。我的高中英语课堂竟然如此混乱，比起老师，我觉得自己更像一个维持秩序的警察，学生们大多十五六岁，只能勉强阅读文字，我却不知该如何帮助他们。

那是1965年，我刚在纽约一所公立学校开始教书，二十出头的我怀揣理想，决心改变年轻人的人生，却似乎面对着难以逾越的障碍。不只是我，其他很多老师也对此一筹莫展。

有时候，看着这些十几岁学生愤懑的脸庞，我试着想象他们六岁时的样子：他们的眼睛璀璨明亮，他们应该还在上幼儿园。我见过的小孩子每一个都热爱书本，而且等不及要学习认字，为什么他们后来却失去了热爱和兴奋的学习状态呢？那种阅读的渴望和学习的爆发力去哪儿了？

这些问题始终盘桓在我的脑海里，一周一周过去了，我试图引起学生们对阅读的兴趣，但他们的漠不关心甚至是明显的敌意，让我无能为力。终于，我逃离了那所市中心的高中，到周边一个区的社区大学[注]里担任写作辅导老师。

因为不需要处理课堂纪律的问题了，我希望自己的教学更有成效。但是我很快发现，学生们目光呆滞、哈欠连天，作文也只是草草写就，一切表明这些大学生并没有接受我。接下来的三个学期，我绞尽脑汁尝试一切办法，努力让他们对发下去的阅读作业产生兴趣，就差在教室里放烟花了，但这些似乎都没有用。学生们仅把上课当成是完成要求，对提高自己的语言能力完全没有兴趣，只求及格。

就在第三个学期快要结束的时候，我突然茅塞顿开。学生不喜欢书本，是因为他们面对语言文字只感到挫败，并不觉得这是一门有益的工具。而我要教授他们阅读技能唯一的办法，是先改变他们对阅读和写作的感受。他们需要明白，文字也可以很有趣。

我迫不及待地想要尝试一种重要的新方法，于是离开了大学英语系，和一群同样受挫的老师一起建立了一个针对学校后进生的试验性项目。上课地点在拖车式的活动教室，它被专门拉进停车场里供我们使用。学生有的是挂科太多即将面临退学的18岁大学生，有的进过当地的管教所，有的是重返校园的参加过越南战争的退役老兵。

一个晴朗秋日的早晨，学生们陆续进入活动教室，参加我们的第一堂课，他们紧张地坐了下来。我没有介绍我的姓，而是直接介绍了名字，然后宣布在我这里不存在传统的师生制教学，我不会自顾自地教，而不管学生有没有学。我还说，在课堂讨论内容涉及写作之前，我不会布置任何书面作业。之后我就让他们介绍自己为什么要上大学。

如此不同寻常的开场白让学生们对我有些戒备，再加上我梳着长辫子，穿着流苏牛仔裙和扎染衬衫（要知道那可是20世纪60年代），于是他们一个个敷衍我，说些自以为英语老师应该想听到的话。不过我可不接受这样的敷衍，一再要求他们诚实些，一边调侃玩笑，一边也坦率地谈论自己的生活。慢慢地，他们愿意敞开自己的心扉。一个三十出头、身材魁梧的退役老兵坦言，自己一直鄙视英语课，他的诚实让众人非常吃惊，全班陷入了沉默。这时坐在后排的一个外表温顺的女生说：“我

一直都很讨厌英语老师。”所有人都从座位上转过身来打量她。一时间，大家开始交换各种关于老师和学校的可怕传闻，以及自己失败和难堪的往事，一直回溯到小学一年级。

听到他们倾泻而出的痛苦，我很震惊。我意识到，虽然大部分学生在年龄、肤色、民族、收入和背景上有着天壤之别，但他们都有一个共同点：儿童时期就存在阅读问题。他们从上小学起就无法熟练顺畅地阅读，这严重损害了他们的自尊心，破坏了他们对书本的兴趣，进而影响学业，并影响生活的其他方面。一个学生这样说道：“我觉得自己太笨了，学不会阅读，所以课本变成了敌人。我觉得自己在学校很失败，想尽快退学，而我之后的人生一直在为此付出代价。”

我和学生们分享了我的观点，即语言文字让他们产生挫败感，然后开始探寻为什么他们会在学习识字上遇到困难。父母在家是说标准英语、方言，还是另一种语言？他们在学校有没有接受过阅读专家的辅导和帮助？家里有没有书籍杂志？家中是否有其他人也不太识字？小时候有没有被带去过图书馆？慢慢地，学生们开始认识到，阅读问题的存在不是因为他们智商不够，而是源于一系列综合原因。学生们在课堂上渐渐活跃起来，就像大脑里的某个开关被我开启了。能够在课堂上自由表达自己，这让他们兴奋不已。

自此，我找到了解开谜题的第一片拼图。从小学低年级开始的阅读问题带来的焦虑感，使学生对书本不再感兴趣，上课也不注意听讲。现在他们在教室里觉得更加自在，于是卸去防备，加入课堂讨论。

很快，我和学生们的交流和探讨变得天马行空，氛围热烈，有时候我们还得扯着嗓子说话。我们一起探讨掌握标准英语带来的社会和经济效益，探讨语言和思维的关系，语言和个人身份的关系，语言和社会阶级的关系，语言和种族的关系，以及语言和权利的关系。

“唉，为什么从来没有人告诉我，阅读和写作是关于思考的，而思

考是这么有趣的事情呢？”某天一个学生这样脱口而出。

这句话引出了我的另外一个重要发现：孩子刚上一年级时，会将书本和快乐联系在一起，但是学习识字是一个长期缓慢且困难的过程，于是阅读开始和努力用功、家庭作业联系在一起，他们也渐渐忘了阅读是一种乐趣。为了扭转这种局面，我选择了一些诗歌或小说节选段落，在每堂课开始的时候大声朗读，文字内容或扣人心弦，或让人恼怒，或诙谐睿智，或惊心动魄，或令人捧腹大笑。

然后，我让学生开始写作。“不用担心结构什么的，”我告诉他们，“只要试着在作文里真实表达你的心声就可以了。”这时，语言开始被视为一种表达工具，而不是敌人，学生们认真地完成作业，并且在人生中第一次品尝到了专注于自我表达所带来的喜悦。一旦他们想要在作文里倾诉自己的思想和感受，我就可以帮助他们改正那些影响课业成绩的语法和拼写问题。

接下来的一个学期，我继续完善这个思路，基本方法还是一样：减少学生对阅读和写作的焦虑，增强他们在课堂上的自信，使他们全心投入其中；朗读精彩的文字材料，并鼓励他们在作文中尽情表达自己，使他们重新享受文字和书籍；当他们有了提升的意愿，我再帮助他们改进薄弱的语言技能。

这样的教学体验带给我莫大的鼓励。我目睹了学生的转变，他们一开始抗拒、厌烦、敌对的情绪，变成了积极学习的热情，他们明白了语言能力可以带来愉悦和动力。

接下来让我们快进到20世纪80年代，我当妈妈了。我对婴儿几乎一无所知，但决心不让儿子像我之前的学生一样被阅读问题困扰，尤其我的家族中还有失读症的先例。尽管缺乏婴幼儿的养育经验，我很有信心自己能成功，因为关于孩子有两件事我是知道的：

☺婴儿天生会使用语言（或语言的声音）自娱自乐，而且渴望学习的心几乎永不满足。他们边玩边学，边学边玩。

☺阅读对于初学者来说是有一定困难的，只有掌握基本技能，并熟练运用至无障碍阅读，阅读才会成为一种乐趣。

因此，我有两个目标：一是加强儿子与生俱来的对于语言学习的兴趣；二是等他上学后，帮助他不断练习以达到无障碍地阅读。

带着这样的目标，以及让自己也享受其中的想法，我把课堂上使用的方法简单地加以改进，在家中应用，其实也就是在日常生活中添加了几件简单的小事。第一，利用各种机会把文字变成玩具，比如聊天、玩闹、唱歌、朗读、编一些儿歌和诗。第二，鼓励儿子玩耍、探索周边的环境，以此培养他的学习热情。第三，儿子上学以后，我继续读书给他听，提高他对书籍的热情。第四，营造一个尽可能轻松舒适的氛围，让他不断练习。第五，保护儿子不过分沉溺于电视和电脑（书本同样可以带来放松娱乐），帮助他保持良好的休闲习惯。

接下来的两个儿子出生以后，我还是使用同样的五个步骤。效果如何呢？虽然两个弟弟上小学的时候在阅读方面遇到了困难，成绩落后一些，但是三个孩子对于书本都是如饥似渴，让老师称赞不已。

“你是怎么培养孩子的？”其他家长发现我的儿子竟然热爱读书时，都会这么问我。

“呃，我们就是像开派对玩一样。”我不假思索地回答。

“不是吧，说真的，南希，你的秘诀是什么？”

我的秘诀就是有意识地和儿子们分享文字的乐趣。但每当我这么回答时，大家都会表示怀疑。

“这个时代没法让孩子专心读书，”她们会这么说，“书本竞争不过电子产品。”

不管我怎么说，总会有人坚持培养孩子读书是“不可能”的事。

据我所知，事情并非如此。但我的方法来源于自己作为老师和母亲的经验，能不能普遍适用，还缺少客观的证据证实。

事实证明，在我苦苦思索、从书中寻找答案的时候，有一群神经科学家、心理学家、生物学家和学习专家，他们已经开始在美国各地的课堂和实验室里分析阅读这种行为。20世纪80年代，神经学家借助新发明的医学成像工具，如计算机断层扫描（CT）和功能磁共振成像（fMRI），研究大脑活动，发现了儿童学习阅读的过程。研究人员根据这个发现，提出了精准而简单的步骤，帮助繁忙的家长培养孩子的阅读习惯。

据科学家阐明阅读步骤至今，已经过了30年，然而大多数人依然对阅读一无所知。美国全国范围的统计数据触目惊心，说明了这一点。美国国家教育进展评估组织（National Assessment of Educational Progress）的报告显示，37%的四年级学生的阅读技能不达标，不达标的学生更多出现在少数族裔群体、低收入家庭和在美国读书的母语不是英语的学生中。美国国家阅读权利基金会（National Right to Read Foundation）称，大约20%的高中应届毕业生属于半文盲。根据美国国家艺术基金会（National Endowment for the Arts）的调查，在能够熟练阅读的17岁青少年中，只有20%左右的青少年表示自己经常在闲暇时间阅读，阅读内容包括报纸、杂志和漫画书。

总而言之，文盲（illiteracy）和识字文盲（aliteracy，有能力阅读却不读书）现象，正对这些人自身和我们整个社会造成严重的不良影响。

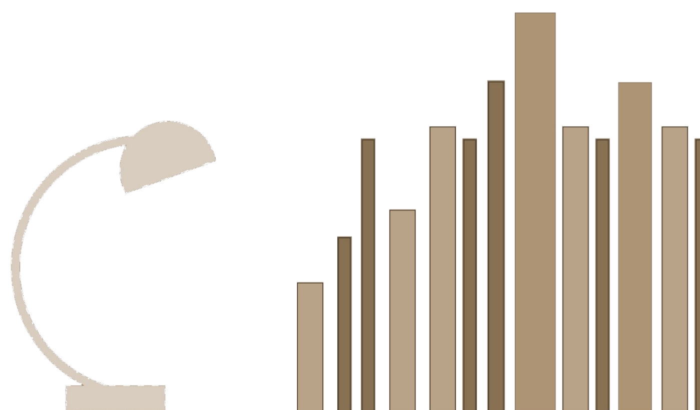
我写此书，便是希望将“儿童和阅读”课题的相关研究发现，以及我

自己的一些见解，与其他家长分享。我相信，培养孩子热爱阅读，将在社交、情感和智力方面对他们有所帮助，也会帮助孩子取得学业和人生的成功，让他们拥有广阔的未来。这将是一份令他们受益终生的珍贵礼物。

---

1. 美国的社区大学提供两年制的初级高等教育，旨在让每个人都有上大学的机会。——编者注

# 第一章
# 给家长的定心丸



阅读能力是决定孩子学习成绩的重要因素，在其此后的人生中也会产生方方面面的影响，包括智力水平、自信程度、人际关系、职业道路、经济收入、社会地位、自我满足感，甚至健康水平。

毫不夸张地说，阅读可以塑造孩子的未来。

好消息是，培养孩子拥有熟练的阅读技巧并且热爱阅读，并没有想象中那么难，而且你从今天就可以开始行动。

或许家长十分忙碌，或许孩子刚出生几个月或者正蹒跚学步，或许孩子爱玩电子产品，或许孩子格外活泼好动，或许孩子学习识字很费劲，又或许孩子已经识字，但除非老师布置了作业，否则他便不肯打开书本……

不管家长面临的是以上哪种情况，本书都是改变孩子未来的一个契机。因为本书先要改变的，是家长对阅读的态度，而家长的态度对于孩子阅读力的培养将产生巨大影响。

这种信心绝非臆想，也不是不明就里的乐观主义，而是源自大量的科学研究，以及本人作为英语辅导老师和母亲的亲身经历。

对于科学家来说，阅读已经不是一件神秘的事情了。研究发现，学习阅读是一个循序渐进的过程，从孩子婴儿时期开始，一直持续到上学以后。只不过这些科学发现至今仍未走出学术圈为社会大众所知，因此和家长的认知之间隔着鸿沟。这也正是我写此书的原因，我想要在科学家和忙碌的家长之间架起一座沟通的桥梁。

## 五个步骤

我想科学之于育儿的指导作用终究是有限的。因此，我将最权威的研究成果和这些年作为老师和家长的经验教训相结合，总结出了以下培养孩子阅读力的五个简单可行的步骤。

- 多和婴儿期、学步期、学龄期的孩子聊天。
- 鼓励自由玩耍，捍卫自由时间。
- 为孩子朗读，并注重朗读的方式、时间和内容。
- 支持孩子自己阅读，激发他们的阅读兴趣；当他们遇到困难时，给予他们额外帮助。
- 电子产品的使用应适量。

这些步骤并不是一成不变的处方，而是一种新的对待阅读的方式，家长们可以随意改变顺序，也可以根据实际需要、孩子不同的性格和具体环境做出调整。

通过阅读本书，读者可以了解到：

- 哪些关于孩子和阅读的流行观点其实是误区。
- 培养孩子阅读力，什么要“趁早”，什么没关系。
- 哪些小技巧可以让孩子终生热爱读书。
- 什么时候可以放松节奏，什么时候该积极推进。
- 如何帮助孩子好好利用电子产品。

## 乐趣是关键

太多时候，大人们看待阅读的态度是相当冷酷的——良药苦口利于病。我的方法恰恰相反，它是基于我教书时的一个发现：虽然学习阅读是一件严肃正经的事情，但培养孩子的阅读力是活泼的、开心的、热切的，充满奇思妙想和乐趣。因此在这里首先声明，虽然我的方法根植于科学，但效果完全取决于在这个过程中产生了多少乐趣。对家长和孩子而言，这种乐趣是双向的，而且不仅发生在当下，也会持续到以后。无论是针对婴儿期、学步期还是学龄期的孩子，家长们都无须苦口婆心地谆谆教导，或是赶鸭子上架，这五个简单的步骤就像是派对邀请函，邀请孩子来一场想象中的派对玩耍，如果家长和孩子都足够尽兴，这个派对就将在孩子的一生中持续进行。

---

虽然我的方法根植于科学，但效果完全取决于在这个过程中产生了多少乐趣。

---




## 要点回顾

● 阅读能力会影响孩子人生中的方方面面，包括智力水平、自信程度、人际关系、职业道路、经济收入、社会地位、自我满足感，甚至健康水平。

● 培养孩子热爱阅读，并没有想象中那么难。

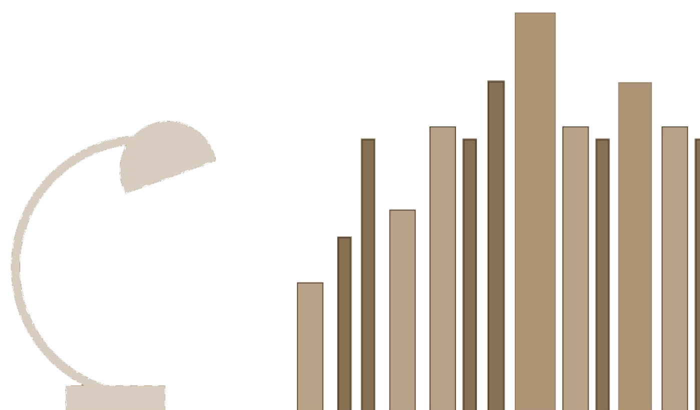
● 家长自己对于阅读的态度很关键。

## 行动建议

▶ 相信自己可以培养孩子爱上文字和阅读。

▶ 把阅读当作娱乐，而不是工作。

# 第二章
# 无须理会的观点



关于孩子学习阅读，有几个观点非常流行，实际却是误解和错觉，这些观点让家长们灰心沮丧，他们中有一些甚至放弃努力，对培养孩子的阅读兴趣不再抱有希望。因此，我想花些笔墨，着重解释这些误解和错觉，使它们不至于成为培养孩子阅读力的阻碍。

这些误解可以分成三大类：

- 关于电子产品的误解。
- 关于老师和学校的误解。
- 关于时间的误解。

下面让我们逐一看看这些观点错在哪里。

# 关于电子产品

## 误解：有了电子产品，孩子就不爱读书了

电子产品很容易被拿来当作孩子不爱读书的罪魁祸首，然而事实并不是这样。首先，这种情况不是“非此即彼”的，孩子并非要么去玩电子产品，要么去读书。使用电子产品和阅读这两种技能都是必需的，只有把它们结合起来，孩子才能更好地在社会上立足。幸运的是，电子产品和书本不是互相对立的，一天之中，孩子既可以有时间玩电子产品，也可以有另外的时间来读书，他们可以同时享受这两个活动，并且养成一定的习惯。但家长需要注意，这里的关键词是“享受”。

比起读书，孩子们确实更容易享受电子产品带来的乐趣，家长们对此无须感到意外，也不必沮丧。毕竟电视和电脑使用起来太便捷了，连蹒跚学步的孩子都会打开电视或者启动电脑，这种乐趣是即时的。读书却是一项极其复杂且颇具挑战的认知性任务，是十分吃力的一件事，一个孩子需要接受他人的指导、经过数年的练习才能学会读书，而且万事开头难，阅读尤其是这样。

初学者需要花费脑力读出每个字词，而无法集中精力在故事本身，因此读书对孩子来说绝对是个苦差事。不过家长们需要明白一点，只要经过足够多的练习，最终孩子会达到看到字词就能立刻理解意思的水平，对这时候的他们来说，阅读就毫不费力了。一旦孩子可以轻松阅读，打开一本书本身就可以和看电视、打游戏一样，成为一种放松和享受。

也就是说，别再给电子产品抹黑了，那是浪费时间，开始使用本书的五个步骤吧。只要帮助孩子跨过学习初期的门槛，到孩子小学毕业的时候，他们就能享受阅读带来的乐趣了。而一旦阅读变成了第二天性，

孩子们就能在余下的人生里享受电子产品和书本带来的双重乐趣。

## 误解：电子产品已经完全掌控了孩子的生活，家长无能为力

家长们有足够的能力限制电子产品给孩子带来的冲击。

首先，电子产品并不会自己偷偷摸摸潜入孩子的生活，是家长们购买娱乐设备，把它们安置在不同的房间，装在车里，甚至买来作为礼物送给孩子。因此，首先要控制出现在孩子身边的电子产品的数量。

其次，防止孩子过度沉溺于电子产品。类似于防止孩子过度食用垃圾食品或是养成其他不良习惯，家长们可以通过立下规矩，规定使用电子产品的时间、地点、方式等来达到这一目的。

再次，家长可以以身作则，亲自示范怎样合理地使用电子产品。家长的举动、决定和行为会对孩子产生巨大的影响。

现在选择的时刻到了：是采取措施让电子产品成为孩子生活中的良伴，还是被动地任凭孩子过度沉溺其中无法自拔？总之，你的孩子你做主。

## 误解：当今是科技社会，读书过时了

在当今社会，阅读的重要性是前所未有的。因为阅读是受教育的关键，而受到良好的教育是在当今社会通往成功的唯一捷径。

以前，美国人只要高中毕业就可以生活无忧了，但随着数字科技和全球贸易时代的到来，世界经济低迷不振，低收入工作也随之减少。如

今，美国人需要本科甚至硕士文凭，才能够跻身中产阶级。良好的教育不仅可以带来收入的增加，还有益于健康长寿，提升生活质量。

近年来，生活变得越来越复杂，人们在最基本的日常生活层面都需要阅读技能。人人都需要读懂求职信、培训材料、操作指南、医药信息、保险表单、租赁和销售相关的文件，以及五花八门的法律文件，以备正常生活之需。

阅读能力不好、无法接受良好教育的孩子未来将会面临严峻的挑战。

# 关于老师和学校

## 误解：学校有责任教导孩子从小学习阅读

一些家长误认为，给幼儿园施压，让他们教孩子认字读书，可以让孩子赢在起跑线上。但是研究表明，在学习阅读这件事上，时间早晚并不是最重要的。事实上，过早地逼孩子学习阅读不仅不会达到家长的预期效果，反而会导致问题的出现。

---

学习阅读的关键不在于开始得有多早。

---

但“早”在阅读过程中确实扮演着重要角色，这主要体现在以下两个方面：

第一，从孩子出生以后到5岁的这段时间，家长可以早早地向孩子

介绍字词和书本。有了这个基础，孩子上一年级学习读书时会容易一些。

第二，如果孩子有失读症，专业人士的早期干预会非常有效果。问题发现得越早，就越容易解决。

换言之，家长们无须对孩子学习阅读时间的早晚耿耿于怀，而应将注意力转向在合适的时间提供帮助，让孩子学会熟练地阅读。

## 误解：学习阅读是上学以后的事

学习阅读是长期缓慢的过程，早在孩子上一年级之前就开始了。

家长才是孩子的第一位阅读老师。从对襁褓中的婴儿说出第一句话开始，家长就已经自动承担起了这个角色。对于婴儿期和学步期的孩子，家长可以通过日常对话、唱歌、朗读，来帮助孩子培养重要的前期阅读技能。

孩子上学后，家长继续在阅读过程中扮演重要角色，变身成为老师的搭档。老师在课堂上教授新的阅读技能，家长则需要在家里帮助孩子练习掌握这些技能。

总之，家长对孩子最终阅读能力的形成有着至关重要的影响，在孩子上学前和上学后，家长都是重要的支持力量。

## 误解：老师应该负担起培养孩子阅读力的全部责任

在阅读这个生态圈里，家长需要占领一席之地。不管孩子上的是自己家附近的公立学校，还是昂贵的私立学校，不管孩子学起来毫不费力

还是障碍重重，不管阅读老师教得好还是坏，家长都需要密切关注孩子的学习进程。其原因在于，虽然大多数老师都是兢兢业业的园丁，而且他们中的很多还是非常有才华的专业人士，但研究表明，很多老师并没有接受过最新的阅读教学法的培训，这个数字十分惊人。要知道，低年级老师有各种各样的职责，教孩子阅读只是众多科目中的一个。另外，老师迫于标准化测验带来的压力，将大量课堂时间用于为考试做准备，也就是说，专门用来教孩子阅读的时间少之又少。因此，即便是一个专业尽责又训练有素的老师，也不总是有时间关注到每一个学生，他可能意识不到某个学生正遇到困难，尤其是有的孩子还善于隐藏自己的问题。况且，即使老师注意到了学生的问题，也可能不知道该如何解决。

更糟糕的是，一些学区仍然使用过时的阅读教程，有的是因为不愿花钱更换教材或培训老师，有的则是因为难以改变长期以来的习惯。不管用什么教材，大多数孩子都可以掌握基本的阅读技能，但对于有阅读问题的孩子来说，一套不合适的教材会雪上加霜。

家长比任何人都了解自己的孩子，而且会将精力专注于孩子身上，那些在学校被忽视或被错误处理的阅读问题，家长可以轻松发现并解决。家长们还可以跟老师保持联系，表明自己愿意成为老师的搭档，这样一方面可以帮助老师更好地完成教学任务，一方面也可以使孩子免于在这几年中因阅读困难而受到折磨。

## 误解：老师会培养孩子对阅读的热爱

课堂上，老师专注于教孩子学习阅读技能，课后，家长则需要持续培养孩子对阅读的热情。小时候，几乎所有孩子都热爱书本，等不及想学习认字。但学习阅读的过程如此漫长艰难，孩子们通常会忘记最初的热情，不再将书本和乐趣联系在一起。

在发展阅读技能的过程中，如果孩子能和家长一起分享文字和书本的乐趣，就会保持最初的热情，也会受到激励，不断练习，直至迈入下个阶段。

# 关于时间

## 误解：培养孩子热爱阅读需要花费额外的时间

培养孩子热爱阅读不需要花费额外的时间。家长需要认识语言在孩子生活中的重要性，用一些有趣的方法帮孩子提高语言技能。我在本书中提供的方法都不需要花费额外的时间，即使有少数活动需要全神贯注，家长和孩子在短时间内也可以完成。

事实上，培养孩子阅读力反而是一件可以为家长节省时间的事。如果孩子热爱阅读，就可以轻松完成家庭作业，家长就省去了催促念叨的时间，不需要帮孩子做作业，也不需要去见老师以处理孩子的成绩问题。不仅如此，孩子不讨厌上学，也增强了自信，家长自然就少了很多头疼的事。

---

事实上，培养孩子阅读力反而是一件可以为家长节省时间的事。

---

阅读困难就像疾病，会引发一连串情感上和学业上的并发症，家长和孩子在很多方面都需要付出很大的代价。与其等孩子上高年级后成绩下滑、跟不上学业才花费时间纠正，家长不如从一开始就帮助孩子在阅读方面步入正轨。

## 本章小结

### 要点回顾

● 使用电子产品和读书并不冲突，这两种技能孩子都需要。一味地给电子产品抹黑只是浪费时间。

● 家长绝对有能力限制电子产品给孩子带来的冲击。家长应控制出现在孩子身边的电子产品的数量，防止孩子过分沉溺于电子产品，从自身做起，合理地使用电子产品。

● 在当今社会，阅读的重要性是前所未有的。阅读是受教育的关键，而受到良好的教育是通往成功的唯一捷径。

● 学习阅读的关键不在于开始得有多早。过早地逼孩子学习阅读不仅不会达到家长的预期效果，反而会导致问题的出现。

● 家长是孩子的第一位阅读老师。孩子学习认字、获得早期阅读技能的关键在于家长。孩子上学之后，家长可以成为老师的搭档。

● 老师的责任是在课堂上教授阅读技能，家长则需要在课后持续培养孩子对阅读的热情，提醒孩子读书是一种乐趣。

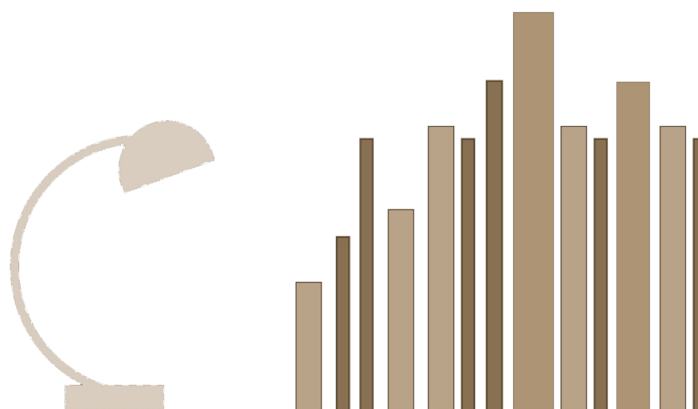
● 与其等孩子上高年级后成绩下滑、跟不上学业才花费时间纠正，家长不如从一开始就帮助孩子在阅读方面步入正轨。

### 行动建议

▶ 设立界限，不让孩子过分沉溺于电子产品。

- 以身作则，向孩子示范如何合理地使用电子产品。
- 早早地向孩子介绍文字和书本。
- 对于有失读症的孩子，专家的早期干预非常有效。
- 密切关注孩子学习阅读的进程，将自己视为老师的搭档。
- 鼓励孩子把识字和阅读当作娱乐。

# 第三章
# 步骤一：多和婴儿期、学步期、学龄期的孩子聊天



培养孩子阅读力最简单有效的方法是和孩子聊天，在日常生活中用各种方法和孩子分享文字的乐趣，比如：唱歌、朗诵、猜谜语、讲笑话、编故事、作诗、边煮饭边聊天、玩相关的游戏等等。文字就像维生素，可以帮孩子开发智力。

孩子听过、见过、使用过的词汇越多，孩子就越聪明，学习阅读也越容易。

---

文字就像维生素，可以帮孩子开发智力。

---

## 智力：要开发，不要荒废

科学家一度以为大脑是一个固定不变的器官，孩子出生时的大脑状况会保持一生不变。但近几十年的研究发现，人类的大脑非常具有可塑性，容易受到环境的影响。如今，科学家认识到，遗传基因是否能够被激活取决于周遭的环境，换言之，经历会改变大脑。

孩子从出生时起便拥有数万亿的神经连接（neural connections）和数十亿的脑细胞。但是大脑发育的原则是要么被使用开发，要么被搁置荒废。如果在日常生活中给予孩子大量的语言刺激，如聊天、唱歌、朗读等，孩子的语言中枢便会被激活，这种大脑连接会永远成为神经连接的一部分。如果没有这种刺激，大脑就会渐渐删减这些未被使用的连接，神经连接的数量会因此下降，进而影响孩子学习说话、阅读和写作的能力。如神经学家所言，细胞越被刺激就越会连接。

---

孩子听过、见过、使用过的词汇越多，孩子就越聪明，学习阅读也越容易。

---

## 哈特－莱斯利研究（Hart-Risley Study）

20世纪80年代，美国堪萨斯州的两位教授贝蒂·哈特和托德·莱斯利最早提出，日常对话交流会对年幼的孩子产生影响。两位教授花了数年时间，记录分析家长们与婴儿期和学步期的孩子说话时使用的词汇数量和类型，研究样本分为三类家庭——中高收入家庭、工薪家庭和低保家庭。在分析完所有数据以后，两位学者得出结论：到4岁时，中高收入家庭的孩子听过的各种单词的总次数达到4600万次，工薪家庭的孩子听过的各种单词的总次数达到2600万次，而低保家庭的孩子听过的各种单词的总次数仅为1300万次。

两位学者还发现，在中高收入家庭，家长对孩子说话时使用的句式更复杂，词汇更丰富，而且会使用很多正面的反馈（如“很

棒！”“做得好！”“好孩子！”），而低保家庭的家长经常使用否定的词汇（如“别动！”“不行！”“不要！”）。样本家庭的孩子在4岁和9岁时均接受了测试，测试结果表明，孩子的智商水平、阅读能力和学习成绩，与他在家里听到的词汇数量和质量成正比。

## 与孩子分享文字的乐趣大有益处

在学校里，孩子最先学习到的阅读技能是发音，这是一个颇具挑战的思维过程，包含好几个步骤。首先，要把单词分解成最小的发音单位，例如，sat（坐下）这个单词有三个不同的发音单位，suh、aa和tuh。其次，要在脑海里把这些部分组合在一起，默读出来。然后搜索记忆，寻找这个单词的意思。最后，要把单词记住，以备后续使用。

研究表明，孩子从小认识的字母、单词和阅读的书籍越多，在一年级学习发音的时候就越容易。因此，在孩子婴儿期或学步期，家长用各种方式如唱歌、聊天、朗读、讲顺口溜、编故事等，多让孩子浸泡在语言环境中，有利于孩子学习语言，会让他在学习阅读的初期更轻松。

孩子在上一年级前，认识的字母、单词和阅读的书籍越多，学习发音就越容易。

不过，拼读单词并不等于阅读。阅读的过程既包含拼读单词，也包含理解词义。举个例子，假设孩子能拼读出igloo（圆顶雪屋）这个单词，却不知道它是什么意思，那么还不算认识这个单词。如果在日常谈话或者听家长读书的过程中遇到过这个单词，孩子就能明白单词的意思。家长和孩子聊天、为孩子读书的时间越长，孩子的词汇量就越大，

孩子也就越容易理解单词的意思。

从另一个角度来看，与孩子分享文字的乐趣可以帮助他发展推理判断的能力，也就是体会字里行间的言外之意。这是一种很微妙的技能，需要数年的时间培养。但是孩子只有学会推理，才能体会作者的本意和角色的动机。

比如，孩子遇到这个句子：“查理的脸变得通红。”这时候，他需要分辨查理脸红是因为生气、羞愧、生病，还是被太阳晒的。怎么才能分辨出来？孩子需要利用自己对这个世界的认知，理解上下文中出现的“线索”。如果查理一边大叫一边挥舞拳头，孩子就明白查理是在生气；如果查理只是低头看自己的脚，发现穿了两只不同颜色的鞋子，孩子就明白查理是因为窘迫而脸红。孩子对这个世界和人类的行为的认知越多，就越容易读懂文字内容。那么他要从哪里学习这些信息呢？那便是日常生活中与家长和其他大人的聊天，或是书中。

在孩子学习阅读前后，用多种方法和孩子分享文字的乐趣，可以达到以下效果：

☺ 刺激孩子语言中枢的大脑连接，扩展脑容量。

☺ 令孩子在一年级学习拼读单词时更容易。

☺ 增加孩子的词汇量，帮助他理解词义。

☺ 帮助孩子发展推理判断的能力，让他能够理解阅读材料的深层含义。

## 幸运的意外

我第一次当妈妈的时候毫无经验，那时我喜欢和孩子聊天，这样偶然的举动却带来了意外的惊喜。我的宝宝非常可爱，我也很爱他，

但是我发现，长时间带孩子会让我思维迟钝。因此我就自娱自乐，一人分饰两角，与宝宝“交流”：“你觉得昨天晚上总统候选人的演讲怎么样？你很喜欢？我也是。你觉得他能赢得选举吗？”我还会把我们正在进行的活动夸张地描述出来：“好的，现在我们即将进入国际换尿布大赛的最后阶段。”有时候我会指出一些不同寻常的景象：“呀！看那个人的肩膀上蹲了只猴子。”有时候唱一些无厘头的歌：“山核桃，计时器，码头边，钟表咯咯笑，要被羊吃了。”有时候编顺口溜：“小尿布，拿起来，擦一擦，刷一刷。”有时候一边给孩子喂奶一边朗读，有时候拿着毛巾、隔热手套、袜子、鞋、毛绒玩具、调味瓶上演一出幼稚的木偶剧。大部分时候，我是为了保持思维活跃，但在某种程度上，这些小把戏可能也会使儿子获益匪浅。

儿子8个月大的时候，发生了一件让我震惊的事。一个晴朗的秋日的早晨，我把儿子塞进婴儿车里，对他说，这样的好天气非常适合深呼吸。我先深吸了一口气，然后很夸张地快速呼出来。小家伙寻思着，皱着眉头使劲盯着我看。于是我重复了一遍夸张的表演，然后推着他出发去附近的公园。几个小时后我们回来了，我自言自语道：“好啦，咱们明天再去深呼吸吧。”我的声音并不大，小家伙却张开小嘴，一呼一吸地喘气。我望着他，惊讶极了。天哪，我都快忘了这儿还有一个大活人呢，而且他知道我在说什么！我突然意识到，是这种生动的语言表达，让他把听到的话和某个概念联系到了一起。从那以后，我开始认真对待我们在一起玩耍的时间，从他婴儿期到学步期到上小学，我一直把文字当成玩具。后两个儿子出生以后，我也采取同样的办法。不过那时候我还不明白这种方法是怎么起作用的，我只知道这些活泼的表达方式显然非常有效。

20年后，我读到了一篇科学论文，里面提到当孩子被暴露在语言环境中时，其大脑连接会增加。这时我才终于明白，之前那些趣味性的言语确实帮助了我的三个孩子养成爱读书的习惯。

# 机不可失，时不再来

语言的学习有一段关键期，开始于婴儿期，结束于8岁到青春期之间的某个时间。孩子在这段关键期受到的语言刺激，会使大脑发育许多功能性连接，有助于提升孩子的语言能力。

以下方法可以提高孩子的智商，让学习阅读变得更容易：

☺ 从孩子出生到十几岁的这段时间里，为其提供丰富多样的文字环境。

☺ 从选择冰激凌到选择T恤，在一切事情上尽量让孩子做主，并且让孩子解释选择的原因。

☺ 提一些问题让孩子思考。

☺ 耐心地回答孩子的问题，语气不要太严厉。

☺ 向孩子解释问题的答案。

为孩子创造一个丰富的语言环境并非难事，也不会耗费太多时间。实际上，如果家长天生健谈，或许就已经在践行以上几点了。如果家长不善于表达自己的想法和情感，可能就需要稍稍改变自己的性格，多说一些，开朗一些。但是不管家长性格如何，和孩子一起体验词汇的丰富多样都不是一件难事，而且会有丰厚的回报。英语单词总共有50多万个，所以尽管一起体验吧。

在这一章里，我会提供8种亲子互动的方法，让孩子在学习认字时有个良好的开局。这些不必完全照做，你可以选择适合自己和孩子的，而且你真正喜欢的方法。但是请务必行动起来，因为这些方法真的有效果！

# 简易方法之丰富孩子的语言环境

## 悬挂有趣的图片，用来和孩子聊天

不管是几个月大还是几岁大的孩子，未来几年都要在家里度过几万个小时。注重屋子的装修固然必要，但用聊天来装饰孩子的思维和心灵更加重要。

在墙上或冰箱上挂或贴一些有趣的图片、明信片、地图和照片，然后和孩子谈论这些图片，这样日常聊天中就会增加很多趣味。即使只是简短的几句评论或者提问，也可以刺激孩子的大脑，扩展他们的词汇量，增加孩子对世界的认知，激发好奇心。这些都有助于孩子养成阅读的习惯。家长不在的时候，这些图片也会让孩子有所思考。

图片的获取方式有很多种：购买海报，从网上下载，剪裁照片、杂志、报纸、商品目录或小册子。花费的时间和金钱越少越好。如果投资太多，就会不舍得将图片取下来。而旧的图片会渐渐变得乏味，新的图片会激发新的想法，也能让你和孩子的聊天保持新鲜感。

在我的孩子的成长过程中，家里的墙壁和冰箱的门上都被我贴满了五颜六色的吸引眼球的图片，有的是从杂志上剪下来的图片，有的是从书店、博物馆的礼品店、卖教学用具的商店里买的海报，有的是朋友从国外寄来的明信片，还有的是旅行手册、油漆店的色卡和边边角角的布料。

---

在家里挂上或贴上有趣的图片，让日常对话更有趣味。

---

有一次，我在用来给儿子换尿布的桌子上方挂了一幅彩色鹦鹉的图

片，以此吸引他的注意力，防止他在换尿布的时候扭来扭去。我会假装鹦鹉先生说话：“你竟然觉得我的头发像老鼠窝一样又脏又乱？这样评价我真是太粗鲁太无礼了！”当然大部分的话儿子都听不懂，但是他能听到很多字词，而且从我说话的语气和面部表情大致可以明白意思。总之，他非常享受我滑稽的表演，因为换尿布的时候他一动不动。

还有一次，我在墙上钉了一张运动鞋的广告（商标名称被剪掉了），因为这个广告上有各种不同的腿，那些腿分别来自芭蕾舞者、马、篮球运动员、滑冰运动员、蜈蚣和慢跑的人。借此，我和一两岁大的儿子聊了很多相关的话题，比如脚、跳舞、芭蕾、蹄子、赛道、运动鞋、滑冰和昆虫，这样不仅拓宽了他的词汇量，还让他更多地认识了这个世界。

在儿子们稍大一些以后，他们的卧室墙壁装饰就由他们自己做主了。不过即便是他们挂的图片和海报，也可以作为聊天的素材。例如，有一次他们挂了一张马戏团的海报，上面印着一位魅力四射的驯兽师，我们之前看过他驯狮子的表演。他长得像金发版的猫王，扎着金色马尾，身着镶钻连体衣，脚穿银色鞋子，手里还拿着银色的鞭子。我和孩子们聊了很多，话题包括人们选择危险职业的原因、如何看待冒险、人和动物的关系、恐惧、勇气、能力、掌控感，还有在狮子笼里怎么才能不把白色衣服弄脏。

需要坦白的是，因为一直使用图钉和胶带，家里的墙面已经完全被我毁了。但是我想，比起孩子长大以后重新装饰他们的大脑，重新粉刷墙壁显然更容易。不像我这样粗枝大叶的家长，也可以选择使用软木公告板，以保护墙面。

以下是如何由挂在墙上的画引出谈话的三个例子：

对婴儿期的孩子：“看这张图片，天空中飘下来一片雪花，落在了松树上。看到树上的灰色松鼠没有？”

对学步期的孩子："海报上那只老鼠看起来很调皮，你说它是不是想偷桌子上那一大块奶酪？"

对学龄期的孩子："这张攀登珠穆朗玛峰的照片是不是很惊险刺激？你觉得职业登山运动员会不会已经习惯很高的高度了？他们可能会心想：'哼，又得一天都悬挂在峭壁上。'"（孩子可能会问："峭壁是什么意思？"这时家长就可以回答："峭壁就是又高又陡的山崖。"）

## 实时讲述自己的生活：解释正在做的事以及原因

在处理日常琐事，比如打扫厨房、换灯泡、购物回来整理大包小包的物品的时候，可以一边做一边和孩子解释自己的动作。即使你们谈论的是很简单的事情，孩子的语言中枢也会受到刺激，形成新的连接。

家长可以直接叙述一些事情（"趁着还没下雨，我要出去丢垃圾"），或者发挥想象力，假装自己是新闻播报员、魔术师、皇后或者青蛙之类的（"我要把这包金币捆好，放到外面的洞穴里，不然待会儿恶龙一来就会把它偷走了！"）。

下面是一些例子：

给婴儿换尿布时："妈妈现在正在把你的湿尿布换下来，这样你就不会得湿疹。现在呢，妈妈要给你穿上蓝色条纹的连体衣，它和奶奶送你的衬衫很搭哟。然后妈妈要给你的小肚子扑上香喷喷的婴儿粉。哇喔，你好漂亮。蓝色超配你哟。"

带学步期的孩子逛超市时："妈妈要往手推车里放一盒、两盒、三盒酸奶，还要加一箱牛奶和一打鸡蛋。现在我们要去农产品区买蔬菜和水果。你知道挂在钩子上的那个黄颜色的水果叫什么吗？对啦，就是香蕉。"

开车载着学龄期的孩子回家时：“咱们回家的路上要在汽车修理店停一下，因为妈妈早上开车时从一个坑上开过，所以要去检查一下轮胎。为什么现在这个时间高速公路就交通堵塞了呢？也许前面发生车祸了。真希望我们能把车开进飞机里，这样就可以一下子飞过去。好的机长先生，现在准备好收起机轮，按下按钮，打开隐形的翅膀，我们起飞啦！”

## 用生动的语言描绘有趣的场面

避免模模糊糊和陈词滥调的叙述，用具体的、奇特的、有趣的语言，向孩子描述事件或地点，享受文字的乐趣。

下面是一些例子：

对婴儿期的孩子：“烟囱里的烟盘旋在空气中，像一条蛇。”

对学步期的孩子：“你看，那只兔子在大嚼特嚼地吃草呢。兔子的门牙太大了，应该去医生那里矫正一下。不过要是牙齿矫正好了，这只兔子看起来可能更像一只奇怪的长耳朵猫。”

对学龄期的孩子：“昨天晚上妈妈看的一部电影特别搞笑，有个片段是在一个意大利餐馆里面，食物大混战。比萨像飞碟一样在空中飞，番茄酱溅得满墙都是，黏糊糊的奶酪从屋顶上滴下来，最后比萨被丢到窗户外面去了。”

## 鼓励孩子提问题，向孩子解释答案

当孩子提问的时候，重复孩子的问题，做出回答并解释原因。

对婴儿期的孩子："不行，亲爱的，你不能拿螺丝刀，因为螺丝刀有一个尖尖的头，可能会伤到你。"

对学步期的孩子："你可以再坐一次旋转木马，但是坐完以后我们要回家，因为你要睡午觉了。"

对学龄期的孩子："不行，不能再吃巧克力棒了，因为我们马上要吃饭，妈妈不希望你吃饭的时候没有胃口。"

## 提一些问题，促使孩子思考抽象的概念

要注意，提问的方式应该是开放性的，问题不能用简单的是或否来回答，这样可以鼓励孩子使用更多的词汇。

对婴儿期的孩子，不要问："看见那个狗狗了吗？"

要这么问："你说狗狗为什么摇尾巴呢？是的，因为它很开心。"

对学步期的孩子，不要问："在操场上玩得开心吗？"

要这么问："在操场上玩了什么？"

对学龄期的孩子，不要问："喜欢你的新老师吗？"

要这么问："新老师长什么样？"

## 把字母和单词当成玩具

利用开车、乘公交、吃零食或者遛狗的时间，和孩子玩简单的单词小游戏。

以下是一些可供选择的字母/单词小游戏。

**对婴儿期或学步期的孩子：**

唱字母歌。

用彩色的磁性字母贴做游戏。把彩色的字母随意贴在冰箱门上，一边指着一边读出发音。帮助孩子把字母组合起来拼成单词。

说出单词的发音。说出一个单词，告诉宝宝它的发音，然后重复这个单词。［“这是你的toe（脚趾），toe。”］

这个词怎么读？对学步期的孩子，提问某个词的读音。［“boot的发音是什么？”］

找出一个字母在生活中哪些地方有出现。说出一个字母，让孩子在书里、马路上或是商店广告牌上找到相应的字母。［“字母e在哪里？对了，exit（出口）是字母e开头的。”］

同一个字母。选一个字母，说出读音，然后让孩子找出房间里的以这个字母开头或结尾的两样东西。［“房间里哪两样东西是以字母r开头的？对了，radiator（暖气片）和rug（地毯）是以字母r开头的。哪两样东西是以字母d结尾的？真棒，food（食物）和lid（盖子）是以字母d结尾的。”］

反义词。说一个词语，让孩子回答反义词。（高/矮，热/冷，高兴/难过。）

同义词。说一个词语，让孩子回答同义词。（高兴/开心，可怕/吓人，吵/闹。）

**对学龄期的孩子：**

讲故事。编一个句子，让孩子接下一句，然后和孩子轮流往下接。（“这个停车收费器其实是个外星人。”“他喜欢吃硬币。”“夜晚时分，他就爬回飞船里，四处飞来飞去。”）

给熟悉的歌创作新词。（“来来来，山羊慢慢走下来。”）

一起背诵和记忆。熟记诗歌、列表和最喜欢的文学名篇的章节。（“白雪公主的故事里面，七个小矮人叫什么名字来着？喷嚏精、开心果、瞌睡虫，呃，还有欧文？”）

估算数量/距离/时间。先让孩子随便猜，然后将他的和自己的答案进行对比。（“咱们走到街那头需要走多少步？”或者“那个糖果罐里有多少颗糖豆？”）

## 儿歌

小孩子都喜欢听儿歌、唱儿歌。这就是为什么一代又一代的人都在唱关于上山打水的杰克和吉尔（Jack and Jill），丢了绵羊的小小牧羊女（Little Bo Peep），以及不吃肥肉的杰克·斯普拉特（Jack Sprat）的儿歌。

儿歌不仅可以用来哄小孩，还可以帮助孩子发展若干重要的技能，以备将来学习阅读之需。儿歌之所以如此重要，原因如下：

孩子上小学学习到的第一个阅读技能就是拼读单词，这是一个复杂的思维过程，包含几个步骤。首先，孩子要辨认每一个字母和它对应的读音，然后将这个单词分解成最小的发音单位，再把每个小单位重新组合在一起，最后在心里默默读出这个单词。儿歌可以帮助孩子熟悉字母的发音，帮助他们练习把单词分解成小的发音单位。

孩子上学前会唱的儿歌越多，一年级时学习拼读单词就越容易。以下是几种简单的方法，用来把儿歌游戏穿插进日常生活：

朗读儿歌歌词。为孩子朗读押韵的儿歌和格律诗，从孩子婴儿期开始，一直持续到小学阶段。（“大钟嘀嗒嘀嗒响，老鼠爬到大钟上。”）

根据日常生活自己编儿歌。（“开着小车去探险，我们不会走太远。”）

唱押韵的歌。唱一些热门的歌，或者唱自己填词的押韵的歌。（“你是我的小兔，蜜糖一样甜的小兔。”）

玩押韵的文字小游戏。说一个词，让孩子回答一个可以与之押韵的词。［big（大的）/dig（挖，掘），art（艺术）/heart（心脏），I（我）/spy（侦察）。］

编押韵的小故事。编一句话作为故事的开头，让孩子接上一个押韵的句子。（“城堡的大门绿油油。”“看起来像是大青豆。”）

---

孩子上学前会唱的儿歌越多，一年级时学习拼读单词就越容易。

---

## 简单的拼写小游戏

在家里没事做的时候，或者在医院排队、在比萨店等餐的时候，家长可以充分利用废弃的餐巾纸、信封背面或者购物纸袋，邀请孩子一起玩拼写小游戏。孩子如果太小还不会写字，可以口头表述答案，写字则由家长代劳；如果孩子会写字，可以自己写下来，也不需要一笔一画特

别认真；如果孩子会写字但不想自己写，家长可以替孩子写下来（不要责备孩子犯懒，这不是在学校。这个游戏的重点在于让孩子尽情地享受文字的乐趣）。一旦孩子没了兴趣，家长就停下来。不好玩的游戏不叫游戏。下面是一些可供参考的例子：

在身体上书写。用手指在孩子的后背写一个单词，让孩子猜答案。然后交换角色，孩子写，家长猜。（“呃，我觉得你刚刚写的是h-e-l-l-o, hello。”）

“挑战你”。写一个简单的单词，让孩子读出来。如果孩子读对了，家长可以改动其中一个字母，使之变成另一个相似的单词，看孩子是否还认得。使用简单的单词可以帮助孩子建立信心。［“这个读big（大的），这个读bid（出价），这个读did（做）。”］

重组单词。写下一个单词，让孩子重新排列其中的字母，组合出新的单词。［live（生存）、evil（邪恶）、vile（无耻的）。］

描述游戏。让孩子观察某个东西或人，然后写下三个可以形容这个东西或人的词。家长也同样参与游戏，然后比较两个人写下的词语。（“那只狗看上去很可爱，很瘦，迷路了。”“我们的服务员看起来很不满，怪异，在生气。”）

列一些喜欢/讨厌的东西的清单。（“我讨厌穿上后让我觉得痒痒的毛衣，黏糊糊的虫子，以及太咸的东西。”“我喜欢猫、糖果和圣诞节。”）

创作一本书。不需要精心复杂的设计，拿一张纸对折一下，或者把几张纸钉在一起就可以。让孩子创作一本小书，在封面画一幅画。家长也可以参与，写一些东西，画些插画，但是要让孩子全权做主。故事是幽默搞笑还是严肃正经并不重要，就算讲不通也没关系，重要的是创作过程中的乐趣。完成以后，在孩子和其他家人面前大声读出来，然后挂

在墙上让大家欣赏。

让孩子写下一个神话或传说。（“一颗牙齿掉下来以后，如果把它放在枕头下面，牙仙子就会把牙齿换成钱。”“四叶草代表幸运。”“黑色的猫不吉利。”）

让孩子自己编一个神话故事。（“把一颗橄榄埋在月光洒落的地方，橄榄就会变成一只狗。”）

把奇思妙想画下来，起名并备注。让孩子设计一种新机器或者画出不同寻常的人体，并给它取个名字。（“我画的这个身体有两个头，脚可以旋转三百六十度，两只手上都长了眼睛，膝盖上长了耳朵。你画的是什么？”）

寻宝小游戏。在家里藏一件值钱的东西、小礼物或者搞笑的纸条，然后写一些简单的提示，让孩子顺着提示寻找宝藏。（“进入一个有扫帚的房间，瞅一瞅蓝色的鞋子里面有什么。”）

创办报纸。让孩子采访家庭成员，写下家人的最新动态。（“奶奶下个星期天就80岁了！生日派对将会在后院举行。”）

在孩子的房间举办一场总统选举。让孩子给房间里的候选娃娃或毛绒动物写竞选演讲词，或者做竞选演讲。（“作为房间里最大的狗，我承诺，在美国的每一只狗狗都会有骨头吃。”“虽然我的耳朵很长，尾巴毛茸茸的，但我不是一只蠢兔子！”）

创作梦想之家，取名并备注。让孩子画出心目中的梦想之家，给每个房间或是小玩意儿取个名字。（“糖果屋：24小时营业，每周营业7天。”“妈咪机器人：你可以按下按钮，它所有的回答都是‘好的’。”）

给书本“加料”。让孩子给某本书提出改进意见，画掉一些词或是替换一些词。（注意，只能在自己家的书上进行，千万千万不要损坏课本

或是图书馆的书。）




## 要点回顾

● 听过、见过、使用过的词汇越多，孩子就越聪明，学习阅读也越容易。

● 如果在日常生活中给孩子大量的语言刺激，如聊天、唱歌、朗读等，孩子的语言中枢就会被激活，这种大脑连接会永远成为神经连接的一部分。

● 孩子的智商水平、阅读能力和学习成绩，与他在家里听到的词汇数量和质量成正比关系。

● 孩子从小知道的单词和阅读的书越多，上一年级时学习拼读单词就越容易。

● 在孩子学习阅读前后，用多种方法和孩子分享文字，有助于孩子学习拼读单词，增加词汇量，发展推理判断能力，理解阅读材料的深层含义。

● 从婴儿期开始，到8岁和青春期之间的某个时间止，是孩子语言发展的关键期。孩子在这段关键期受到的语言刺激越多，大脑连接就越丰富，掌握语言的能力就越强。

## 行动建议

▶ 和孩子聊天，并用其他的方法在日常生活中和孩子分享文字的乐趣，比如：唱歌、朗读、说唱、猜谜语、讲笑话、编故事、作诗，以及玩游戏。

▶ 尽量让孩子自己做选择，并让孩子解释原因。

▶ 悬挂有趣的图片，用来和孩子聊天。

▶ 用生动的语言描绘有趣的场面。

▶ 鼓励孩子提问题，向孩子解释答案。

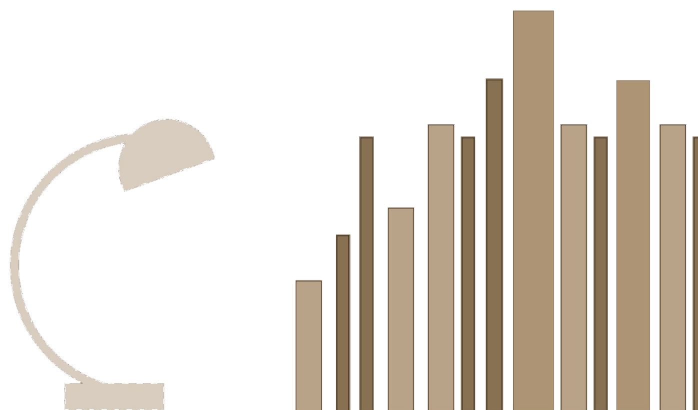
▶ 向孩子提一些问题，鼓励孩子去思考并与你讨论某些抽象的概念。

▶ 把字母和单词当成玩具。

▶ 和孩子一起唱儿歌。

▶ 玩一些简单的拼写小游戏。

# 第四章
# 步骤二：鼓励自由玩耍，捍卫自由时间



在一本探讨阅读的书中提到玩耍这个话题，似乎有些荒唐可笑。但无拘无束的玩耍确实不仅可以让学习阅读变得更轻松，还能培养孩子的社交技能和情商，帮助他们走向人生的成功。不过，这里提到的是“过去那个年代的”玩耍，孩子在玩耍中能接触到真实世界的人、事、物。

别的先不说，玩耍中充满了乐趣，这于孩子有益处，单单这个理由已经足够了。认知心理学家的最新研究表明，玩耍在孩子的智力发育、身体发育和社交能力培养方面占据重要地位。事实上，学与玩是相辅相成，很难截然分开的。孩子的本能就是边学边玩，在玩耍中学习。在玩的过程中，孩子的大脑会不断受到刺激，因此变得越来越聪明。玩耍是一种出于天性的，能够帮助孩子培养足够的智力来应对生活的挑战的方法。

另外，研究结果显示，自由玩耍可以增强大脑的执行功能区，这个区域负责处理并储存信息，整理思路，控制冲动，避免分心，以及专注完成某一项任务。一些研究还发现，孩子控制情感和认知冲动

（emotional and cognitive impulses）的能力，与其学习成绩和今后的人生都有着很强的相关性。

## 自由玩耍的益处

每一种形式的游戏，包括电子游戏，都可以让孩子培养新的技能，但自由玩耍尤其对孩子有益，因为它会调动全部五个感官系统。在玩耍过程中，孩子从头到脚的神经连接都会受到刺激，不仅仅是大脑，整个身体都会成为学习的工具和媒介。

婴儿期的孩子牙牙学语、踢踢脚、摇摇手、来回爬动翻滚，其实是在认识了解自己的身体。学步期的孩子细细察看房间里的物品，在后院里探索，在浴缸里用玩具和盛满水的杯子做实验，在沙滩上挖洞，其实是在学习了解身处的环境。学龄期的孩子一个人玩或是和小伙伴们一起玩，会认识冒险，了解输赢，学习遵守规则，学会与大人和其他孩子相处。

未经刻意安排的能让孩子接触真实世界的自由玩耍会带来以下益处：

- 刺激形成新的神经回路。
- 令孩子的注意力更集中。
- 提高孩子对新技能的学习能力。
- 拓宽孩子对世界的认知。
- 提高孩子解决问题的能力。
- 培养孩子的耐心、创造力、好奇心、毅力、同理心和自制

力。

☺巩固孩子天生的对学习的渴望。

以上因素皆有助于家长培养孩子养成终生阅读和学习的习惯。

---

自由玩耍尤其对孩子有益，因为它会调动全部五个感官系统，从头到脚刺激所有神经连接。不仅仅是大脑，孩子的整个身体都会成为学习的工具和媒介。

---

## 游戏中的孩子

如果你从没想过孩子可以在游戏中学习，不妨花点儿时间观察一下，哪怕是用沙子堆城堡这样简单的游戏。不管是玩具沙盘边一两岁的孩子，还是沙滩上几岁大的幼童，他们边玩边学的过程是一样的。

从表面上看，孩子只是玩得很开心，但你仔细观察后就会发现，用沙子堆城堡需要创造力、想象力和做项目计划的智力（在这个过程中，孩子需要将一件完整的事分解成一个个小部分，并且将它们按优先次序排列）。在玩的过程中，这些能力都得到了锻炼。如果中间犯了错，沙堡塌了，孩子还需要处理失望的情绪，反思自己哪里做错了并加以改正。如果沙堡成功建好，孩子会明白忍耐和坚持的价值；如果沙堡没能完成，孩子需要面对沮丧和失败；如果另一个孩子加入一起建沙堡，孩子就有机会锻炼沟通的技能，学习遵守规则，培养意见冲突时交涉谈判的能力，并且增强同理心。换句话说，孩子不仅仅在玩耍，同时还在培养一系列的技能和品格，这些技能和品格会提高孩子今后的生活质量。

## 警惕：自由玩耍的时间越来越少

遗憾的是，在美国，孩子们自由玩耍的时间正逐年减少。家长们前所未有地忙碌，单亲家庭的数量在上升，标准化考试更注重分数而非乐趣。家长也不再放心让孩子在没有严密看管的情况下在户外玩耍。而且，电子产品正以前所未有的方式出现在我们的生活中。

于是，婴幼儿或是待在汽车里或手推车中，或是坐着看电视，或是坐在家长腿上看电脑。学龄前的孩子被家长送往一个又一个才艺培训班。孩子上学以后，公立学校又把课间休息和体育课的时间一减再减，增加学术课。他们白天在学校的时间被安排得满满的，放学以后还要继续忙碌，参加校运动队，去音乐、舞蹈、语言培训班，参加课后辅导班，复习功课以准备标准化考试。大多数孩子在回到家、吃完晚饭、做完家庭作业后，就几乎已经没有时间自由自在地玩耍了。

不仅如此，电子产品的出现也彻底改变了孩子们的游戏形式。如今，孩子放学回来以后，不再像过去的孩子那样冲出家门去爬树、堆沙堡、捉迷藏、打棍球（孩子们在街头巷尾玩的类似棒球的游戏）、溜冰、骑自行车、跳绳。在家里玩时，他们也不再像过去的孩子那样拼装飞机或轮船模型、集邮、集棒球卡、集挂坠儿、集硬币、拼图，不再和娃娃一起过家家，不再画油画、素描和水彩画。

现在的孩子都在玩什么？他们平均每天花七个半小时看电视，玩电脑游戏，用智能手机语音或打字聊天、玩游戏，或者使用其他电子设备。

很多教育学、心理学、阅读和医学方面的专家学者都表示，这种情况对孩子的身体和心灵健康都会造成很严重的后果。如果没有在真实世界中参与足够的“不插电”活动，孩子会容易得肥胖症、多动症、儿童抑郁症，出现学习障碍，他们自身的行为和在学校里的表现也会出现问题。

孩子还小的时候，他们对学习的渴望几乎可以用“贪得无厌”来形容。从早上睁开眼睛的那一刻起，孩子便在玩耍中不停地学习，直到晚上上床睡觉为止。孩子的思维就像是一台超级计算机，可以提供无穷无尽的玩耍思路，他们也爱读书，因为书本可以为想象力插上翅膀。

然而，孩子逐渐长大以后，他们每天的生活就渐渐规律起来，随心所欲玩耍的时间越来越少，上小学以后，他们更是要每天坐在教室里。于是，书本与阅读就可能和家庭作业联系在一起，以致孩子忘记了书本其实是快乐的源泉。当读书不再和乐趣联系在一起时，孩子就会失去阅读的习惯，而把使用电子产品作为休闲娱乐的方式。

为避免这种情况，家长可以鼓励孩子将更多的时间用于自由地玩耍。

# 家长面临的挑战

陪孩子玩耍说起来很容易，但从早到晚和孩子待在一起，则完全是另一种感受。照顾精力十足的充满好奇心的宝宝，既是件幸福快乐的事，同时也容易令家长疲惫、充满压力。孩子强大的求知欲既能帮助孩子成长，也可能会带来各种各样的伤害。

总而言之，家长迫于工作、家庭的压力和社会责任，总是觉得时间紧迫，而孩子的主要关注点却是玩得开心。因此，当家长的需要遇到孩子学习和游戏的热情时——砰！情绪就像烟火被点燃一样爆发了。比如，孩子拿手指蘸花生酱乱涂乱画，坐在高椅子上往下倒牛奶制造瀑布，或是在车来车往的停车区追蝴蝶，这时候孩子心中并没有任何安全意识，考虑不到家长便利与否，也无法顾及繁忙的行程，被警告多少遍都不在乎。这时候，探索世界的热情超越一切思考，孩子只管放飞自

我，家长负责清理打扫，跟在后面追着跑。

明白这一点很重要，因为家长对于玩耍的态度，以及对孩子在家里搞破坏、打乱行程等行为表达愤怒失望的方式，会对孩子的学习态度产生巨大影响。孩子们不仅需要注意安全，需要家长教他们遵守规则、举止得体，还需要培养对知识的好奇心和对学习的兴趣。

在阻止孩子搞破坏、做坏事或不顾及别人感受的行为之后，家长需要告诉孩子为什么不应该做出这样的行为，还要想办法保持孩子学习的动力。比如，可以表扬孩子的好奇心、创造力、动手能力，或是请孩子以一种他们可以接受的方式继续“实验”。家长也不总是有时间、精力或耐心鼓励孩子，但这些小小的努力可以激励孩子保有宝贵的特质，将来的回报是巨大的。下面用几个例子来具体阐述：

例一：

你发现孩子用晚上吃剩的意大利面装饰客厅的沙发。

积极的回应：“宝宝你不能这样做，如果你在客厅里玩食物就会把妈妈的家具毁了。你把意大利面收拾干净，然后可以到厨房水池里继续你的艺术创作。”

消极的回应：“把家里弄得这么乱，你就准备挨罚吧。现在就回自己房间去！”

例二：

你带着孩子去看医生，已经迟到了，但是孩子待在宠物店门口不愿走。

积极的回应：“宝宝，妈妈知道你特别喜欢这些小狗，但是我们现

在必须要去看医生了。等我们下次有足够的时间，再过来看这些狗狗。”

消极的回应：“别发呆了，怎么这么慢吞吞的，赶紧走！”

例三：

孩子用蜡笔在墙上乱涂乱画。

积极的回应：“你可以用蜡笔在纸上画画，但不能在墙上画画。这里有张纸，来给妈妈画一幅画吧，然后我们可以把画挂在墙上。”

消极的回应：“你把墙都毁了，妈妈再也不给你蜡笔了！”

家长若是重视孩子的学习热情，孩子自然也会重视。

# 鼓励孩子自由玩耍的方法

## 在家里为孩子设置安全游戏的区域

孩子需要一个安全舒适的环境去探索、尝试、观察和学习。这并不意味着要把整个家变成一个游戏室，但家长需要创造一些区域让孩子可以自由自在地玩耍，让孩子在玩耍时不会误伤自己、破坏家具或弄脏房间。如果孩子出于天性的一些举动，总被家长吼“别摸”“停下来”，孩子的学习热情就会受损，家里也会气氛紧张。以下方法可以帮助家长避免这种情况：

☺ 把容易摇晃的东西移走或是固定住，比如落地灯、书架、

雕塑摆件。

☺ 把电器的电源线藏好，把窗帘拉绳系起来，让孩子找不到、够不到。

☺ 暂时把容易损坏的家纺用品遮盖起来。

☺ 把贵重易碎的物件放在孩子够不着的地方，或者先收起来，等孩子长大些再摆出来。

如果茶几上放了一个玻璃花瓶，刚会走路的孩子就会忍不住去抓，家长不管讲多少遍“不许摸”都不管用。如果孩子想拿不能拿的东西，家长不要只是说“不行”，还要告诉孩子原因：“不能拿，这不是玩具。”这样不仅能立即阻止孩子进一步的动作，还会让孩子明白，这个世界上的东西分为两类：可以玩的东西（玩具）和不能玩的东西（非玩具）。不管是婴儿期还是学步期的孩子，都会渐渐明白这个道理，这样家里的氛围会更加令人愉快。

## 在家里储备非电子类的游戏道具

储备各种物品，为孩子提供创造发明和实验的机会。如果孩子能够遵循规则和指令，那么家长可以将这些用品放在一个方便拿的盒子、抽屉或壁橱里。如果孩子还需要监督，家长就要把这些用品放在孩子够不着的地方，避免孩子伤到自己或破坏房子。可以储备的用品有：

☺ 钢笔、铅笔、蜡笔、记号笔、水彩颜料和刷子。

☺ 贴纸、手指画颜料和黏土。

☺ 纸（包括大张海报纸）和在商店购物时得到的纸袋。

☺ 圆头剪刀、胶水、橡皮筋和胶带。

☺ 娃娃和动物毛绒玩具。

☺ 棋类游戏用品、纸牌和多米诺骨牌。

☺ 积木和球。

## 使用日常物品作为玩具

鼓励孩子发挥想象力，把普通的家居用品变成艺术品和玩具，或者用来发明创造和做实验。

☺ 使用旧的杂志作为涂色书，或者剪下其中的图案做拼贴画。

☺ 使用泡沫包装材料作为积木。

☺ 使用空纸盒玩过家家（将它们改造成纸制的帆船、火箭、堡垒或城堡）。

☺ 使用空的麦片或面食包装盒作为玩具屋，或者作为用来放玩具汽车和卡车的“车库”。

☺ 用旧衣服玩模特走秀游戏。

## 不要把孩子的时间安排得太满

研究表明，婴幼儿很擅长选择有利于自己高效学习的活动。家长要顶住压力，不要让孩子整天忙碌地参加各种才艺班，要确保孩子每天都有自由玩耍的时间，不管是自己一个人玩还是和别人一起玩。孩子需要去探索自然，自己发明新游戏，运用想象力，处理新的信息。

科学家最近发现了一组特定的大脑区域，并将其称为缺省网络

（default network），只有当大脑的其他部分处于非活动状态时才会被激活，例如我们做白日梦或睡觉的时候。因此，即使孩子看上去什么都没做，实际上大脑也在处理难题、整合信息、认识世界。

## 对孩子的游戏表示赞赏

孩子需要知道，家长会对他们的玩耍表示重视，而且家长认为这是生活的一个重要组成部分，并不是浪费时间。孩子做泥饼、打扮成超人、堆雪人的时候，家长要称赞孩子的创造力。孩子用一堆废纸制作迷你风筝、画画的时候，在水池或浴缸里用水做实验的时候，家长要表扬孩子的创造才能。家长要让孩子知道，这种用想象力自娱自乐的能力值得称赞。

## 鼓励孩子积极参与活动

幸福是一种非常难以捉摸的情感，成年人花费大量的时间、精力和金钱追求幸福，孩子却本能地明白，幸福来自深入参与某个活动并努力达成目标。因此，年幼的孩子在大部分时间里都是快乐的。孩子在玩耍的时候不断为自己设定目标，这些目标可能并不重要，甚至不太明显，但对孩子来说意义非凡，而且一旦目标达成，他们就会设定新的目标。这些目标只是源于掌握新事物的乐趣。学步期的孩子学习爬台阶，10岁的孩子学习放风筝，诺贝尔奖得主在实验室里测试新理论，这种沉浸在任务里的乐趣都是相同的。学习者陷入一种“心流”（flow）状态，沉浸其中，对周围的环境失去了意识，这是一种内在的满足的体验。这种品质正是家长想在孩子身上培养的，并且能帮助孩子终身都从学习中获得巨大的快乐。

## 鼓励孩子经常锻炼身体

据科学家了解，体育锻炼对儿童的成长有着深远的影响，并且影响程度远超过以往的发现。最近的研究表明，定期锻炼的孩子注意力更集中，学习新知识的能力更强，学习成绩更好，而且他们比没有定期锻炼的孩子更少出现行为问题。

大脑是身体的一个器官，需要通过锻炼来保持良好的状态。久坐不动不仅会限制孩子的智力和社交能力的发展，也会导致严重的健康问题。鼓励孩子每天锻炼身体有助于扩展孩子的大脑容量。

## 尽可能地鼓励孩子多去户外活动

尽量给孩子时间去户外活动。户外活动的规矩和室内活动完全不同，花时间在户外活动上不仅会丰富孩子的感官体验，还能让孩子探索更广阔的世界。在院子里、操场上、公园里玩的时候，孩子会制造出更多的噪声，他们的身体更加活跃，可以玩一些在家和在学校不被允许的脏兮兮的游戏，并且用大自然里的东西设计有趣的实验。看到树木、阳光、泥潭、小溪和活生生的动物，会丰富孩子对世界的认知，激发孩子的想象力。

## 在日常生活中玩耍

家长的游戏是有感染力的。如果家长一边给婴儿喂饭，一边做鬼脸或是发出有趣的声音，孩子也会模仿家长的表情和声音。给一两岁大的孩子洗澡的时候，如果家长假装自己是一块肥皂，孩子会立刻加入这个游戏。（“你好！我的名字叫肥皂黏糊糊，你叫什么名字？”）把平凡单

调的家务活变成游戏或比赛，可以提升孩子的兴趣，提高孩子的智商。（“看谁能最快把袜子整理成一双双的！”）做饭的时候说一些没有实际意义的顺口溜，和孩子轮流往下接。（“蓝色的汤是我的最爱。”“呼啦圈呀跳起来。”）家长和孩子玩得越开心，孩子的大脑就越有活力，孩子学习起来也越轻松。

## 抽出几分钟，专心地陪孩子玩耍

我知道家长们都非常忙碌，但还是希望家长能坐下来和孩子玩几分钟，在日常琐事上偷工减料也没关系。和孩子一起玩会使亲子关系更密切，建立彼此间的信任，令家长能参与到孩子的情感世界中，还有助于孩子在感情上、智力上和社交上成长。

以下是几种供家长和孩子一起玩耍的方法：

- 坐在孩子房间的地板上，用玩偶表演一个场景。
- 穿上演出服或戴上滑稽的帽子，演一段简短的戏。
- 尝试按照新菜谱做一道菜。
- 在厨房中用食用色素和即食麦片做实验。
- 装饰玩具小屋。
- 研究地图，计划一次或真实或假想的旅行。
- 在海报上画一个自创的超级英雄（“有四只左脚的笨手笨脚的人”）。
- 想出或画出古怪的发明（能飞行的垃圾桶、机动化的运动鞋）。
- 玩纸牌游戏、国际象棋或跳棋。

## 确保看护孩子的人能鼓励孩子自由玩耍

看护孩子的其他家庭成员、幼儿园的工作人员，也要对孩子的嬉戏和创造力持积极的看法，这一点很重要。家长们不会希望孩子一直待在一个过分井井有条的环境里，干净整洁无法跟创造力和乐趣相提并论。家长们也不会希望看护孩子的人把孩子扔在电视或电脑前。如果孩子反复说自己很无聊，这可能是一个信号。这个信号表明他此时需要一个更丰富的环境，需要有更多的时间玩耍，不受拘束。

---

家长都不希望孩子一直待在一个过分井井有条的环境里，干净整洁无法跟创造力和乐趣相提并论。

---




### 要点回顾

● 孩子的本能就是边学边玩，在玩耍中学习。在玩的过程中，孩子的大脑会不断受到刺激，因此变得越来越聪明。

● 每一种形式的游戏，包括电子游戏，都可以令孩子培养新的技能，但自由玩耍对孩子尤其有益，因为它会调动全部五个感官系统。在玩耍中，孩子从头到脚的神经连接都会受到刺激，不仅仅是大脑，整个身体都会成为学习的工具和媒介。

● 未经刻意安排的能让孩子接触真实世界的自由玩耍会带来以下益处：刺激形成新的神经回路，令孩子的注意力更集中，提高孩子对新

技能的学习能力，拓宽孩子对世界的认知，提高孩子解决问题的能力，培养孩子的耐心、创造力、好奇心、毅力、同理心和自制力，巩固孩子天生的对学习的渴望。这些都会使孩子更容易养成终身阅读和学习的习惯，提升孩子的认知能力，提高孩子的情商，帮助孩子在学业上和今后的人生中获得成功。

## 行动建议

▶ 在家里为孩子设置安全游戏区域，储备一些非电子类游戏道具。

▶ 在阻止孩子搞破坏、做坏事或不顾及别人感受的行为之后，要想办法保持孩子的学习热情。

▶ 使用日常物品作为玩具。

▶ 不要把孩子的时间安排得太满。

▶ 对孩子的游戏表示赞赏。

▶ 鼓励孩子积极参与活动。

▶ 鼓励孩子锻炼身体。

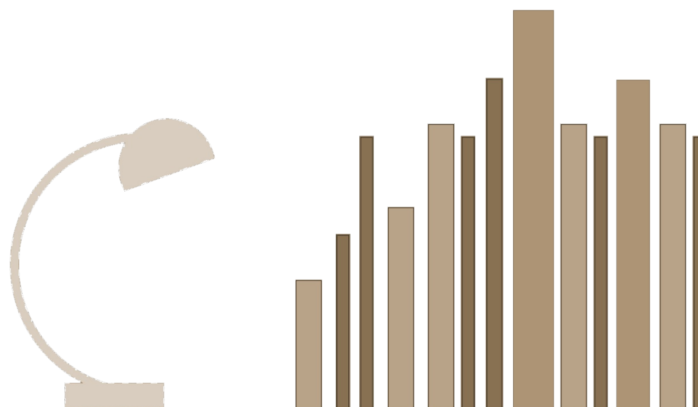
▶ 尽可能地鼓励孩子多去户外活动。

▶ 让孩子在日常生活中玩耍。

▶ 抽出几分钟，专心陪孩子玩耍。

▶ 确保看护孩子的人能鼓励孩子自由玩耍。

# 第五章
# 步骤三：为孩子朗读，并注重朗读的方式、时间和内容



好莱坞电影里有不少这样的场景：家长坐在床边，给小宝贝读睡前故事，宝贝慢慢睡着，家长亲吻宝贝，然后踮着脚尖悄悄离开。这种场景非常温馨，令人心生向往，但是让无数家长误以为朗读就只是在睡前给还不会说话的小家伙读童书。

不要误会，睡前给孩子盖盖被子、读读故事书没什么不对，相反，这样的习惯很好。20世纪80年代，美国教育部曾邀请专家小组，对一万个阅读调查项目进行分析，专家小组发现，唯一一个影响阅读力培养的重要活动是大声朗读。专家小组还表示，孩子开始学习阅读之后，家长应该继续为孩子朗读。

扩展朗读的方式、使朗读的时间更灵活和丰富朗读的内容，可以增加孩子的乐趣，带给孩子足以改变人生的体验，并且在以下方面对孩子有益：

- 对书本和阅读的热爱
- 智商和情商
- 阅读能力
- 词汇量
- 抽象思维能力
- 学习成绩
- 对世界的认知
- 同理心
- 创意
- 和家长的情感交流

朗读方式的些许改变，并不会令家长花费额外的时间，却能让孩子在情感、智力和社交方面有所提升，增加阅读的乐趣，增进亲子关系，这对于家长和孩子来说是双赢的。

## 朗读的方式

首先，从朗读的方式来看，孩子安静地坐着，听家长朗读一段段流畅的文字，这种方式固然可以让孩子从中受益。然而说话的人始终是家长，孩子在这个过程中究竟得到了什么，我们却不得而知。他是在认真听还是开小差做白日梦？他能听懂故事情节还是困惑不解？主角做事的动机他能领会吗？新的词汇他能理解吗？插图的意思他能看明白吗？

如果家长时不时地停下来，和孩子交流朗读的内容，就会加深孩子

的印象，也会使整个过程更加愉悦。家长朗读的时候可以停下来和孩子聊聊对插图、人物的看法，问个问题，阐明情节发展，解释某个词的意思，或是将故事里的某一情节与孩子的实际生活联系起来。换言之，书本可以作为一个起点，家长可以借此开启与孩子的对话，与孩子聊任何你们感兴趣的话题。而且，要让孩子主导谈话，让孩子尽可能多地发言，家长则成为听众。

这种互动式朗读，既可以用于给婴儿期或学步期的孩子读绘本，也可以用于给大一些的已经认字的孩子读小说和故事。家长的目标只有一个，把孩子带入阅读材料中，引发思考、感受和对话。

当朗读的过程由家长一个人发声变为对话互动，会发生以下变化：

- 探讨阅读材料时，孩子会听到并使用更多词语。
- 家长提出引发思考的问题时，会锻炼孩子的抽象思维能力，孩子在学校会经常用到抽象思维，到时候会更加应对自如。
- 家长解释词语的意思时，孩子的词汇量会增加。
- 当故事、书、图画的内容与孩子的日常生活联系起来时，孩子会增加对世界的认知，加深对人性的了解，同时发展同理心。
- 家长分析语句或插图的意思时，孩子会学习如何推理判断，即理解“字里行间的言外之意”。
- 家长表达自己对某件事情的好奇时，也会激发孩子的好奇心。
- 家长分享自己的想法和感受时，与孩子在情感层面建立起了连接。

## 互动式阅读增进亲子关系

与孩子生活在同一屋檐下，并不代表可以随时走进孩子的内心世界。尤其是如果家长在孩子放学回家时直接用问问题的方式（“今天在学校怎么样？”）与孩子交流，孩子可能只会简单回答一两个字（“好”或者“不好”）。即便孩子透露了一点儿信息，家长若继续询问细节，孩子也很可能会保持沉默。而对孩子来说，他们对家长每天纠结的事情和问题也不了解。虽然一定程度的隐私对家长和孩子来说都很重要，但若失去了互相的了解，彼此最后就可能会变成熟悉的陌生人，只是碰巧生活在同一个地方而已。

---

互动式阅读是一种简单的，既可以维持亲子情感，又不会侵犯双方隐私的方法。

---

互动式阅读是一种简单的，既可以维系亲子感情，又不会妨碍双方保有自己隐私的方法。与孩子一同畅游书中，会认识不同的人物，经历各式各样的情感。谈论这些“旅程”能让孩子用舒服的方式表达自己的恐惧、愿望、梦想和困难，也使家长能够深入了解孩子的感情与生活。例如，孩子可能因为某个朋友对待自己的方式而感到不舒服，但是不会告诉家长，因为他不想成为爱向父母诉苦的人。如果在读书的时候遇到类似情节，孩子可能就愿意开口分享。共同分享一本书为孩子和家长提供了一个安全的环境，这种环境兼具亲密度和开放性，这是其他环境很难达到的。

从家长的角度来说，一起读书也让家长能够轻松自在地表达自己的情感和态度，影响孩子性格的形成。这里不是指家长通常情况下对孩子行为的要求，比如要善良、讲卫生、有礼貌，而是指家长的选择和行动背后的驱动力和价值观，即所谓的人生哲学。举个例子，如果家长认为坚韧不拔是成功的关键，那么家长可以和一两岁的孩子一起读绘本《勇敢的小火车头》，可以和8岁的孩子一起读“纳尼亚传奇”系列（里面有一只勇敢坚定的小老鼠，叫雷佩契普），可以和12岁的孩子一起读《霍

比特人》（一起讨论比尔博完成征途的决心）。家长把自己的人生信仰编织在读书的日常对话中，为孩子建立起一个道德的框架，这样更容易让孩子理解家长做事背后的原因。同时，孩子学到了一些词语，就会开始建立自己的价值标准。

就我自己的经验而言，我在孩子学习识字前后一直为他们朗读，因此我们之间建立了一种特殊的连接，从孩子童年一直延续至今。他们如今已经长大成人，如果我现在问他们，某件衣服穿起来是不是很可笑，他们一定会这么回答：“他们会笑话你的。”这是几十年前我们读过的绘本《伊拉去借宿》里面的一句话。如果我生气了，他们就会喊我“妈妈巴克斯特”，这出自小说《鹿苑长春》，说的是一位久经岁月风霜磨砺的母亲。我给他们提供健康方面的一些建议时，他们会叫我“护士长拉契特”，这是成人小说《飞越疯人院》里面的角色。想要描述一个人舍己为人，我只需要说他就像苏利（理查德·拉索的小说《大智若愚》里的主人公），儿子们就知道我想表达的意思了。当初我们讨论过的在书中遇见的角色，现在仍然是我们亲子关系的一部分。

经典电影《卡萨布兰卡》里，亨弗莱·鲍嘉饰演的布莱恩对英格丽·褒曼饰演的伊尔莎说过一句著名的话：“我们将永远拥有巴黎的时光。”与孩子畅游书中，便是拥有了一个共同的文学世界和许许多多的“朋友”，这些将延续到孩子长大成人以后。没有什么能抹去这些记忆。

---

与孩子畅游书中，便是拥有了一个共同的文学世界和许许多多的“朋友”，这些将延续到孩子长大成人以后。没有什么能抹去这些记忆。

---

## 谨记乐趣是关键

时不时停下来和孩子讨论读书的内容虽然很有益处，但要记得孩子的乐趣应当是第一要务，这样孩子才能将阅读和乐趣联系在一起。不要把每一次交流都变成教育时间。如果家长总是打断故事的流畅性，不停问问题，阅读的乐趣和孩子的兴趣就会被破坏。

要留心孩子的反应。在家长朗读的过程中，如果孩子躁动不安，家长便可更换阅读材料或者停下来做些别的事。如果孩子对某一个段落不感兴趣（我的孩子不喜欢关于自然的描述，我们把那些内容统称为动植物），家长就可以跳过那一段继续往下读。如果孩子急切地想知道一个悬疑故事的结局，那家长就不要暂停，一直读下去。如果孩子想边听边做些别的，家长就可以让他画画、涂色、安静地玩玩具或娃娃等。如果孩子想一遍又一遍地听同一本书，即便家长厌烦了，也可以继续读给孩子听。如果孩子更想去玩，那家长就把书放下来，别让孩子产生负罪感。这不是学校，家长也不是老师的角色，应该把孩子的乐趣放在第一位。

最后提醒一点，比起一本书从头读到尾的方式，互动式阅读的速度会减慢，但重要的是让孩子参与到阅读体验中，不是读完指定的页数或几本书。为孩子朗读不是为了冲刺终点线，而是为了帮助孩子成长。因此，要给孩子足够的时间，让孩子提问、发表看法。孩子的想法和感受越多，阅读的体验就越丰富。

## 让孩子参与阅读的方法

**1. 针对一幅插图发表看法或提问：**

“看到躲在灌木丛后面的三只白色兔子没？咱们一起来数一数，一只，两只，三只兔子。”

“你说那幅图里的麋鹿为什么皱着眉头呢？”

**2. 梳理情节：**

“鲍比在房间里拖地，因为他最好的朋友搬走了，他现在觉得很孤独。”

“萨拉在追着小狗跑，她的弟弟在追着她跑。”

**3. 把书中的事件或角色与真实生活联系起来：**

“如果你最喜欢的毛绒玩具碎成一片一片的，你会是什么感觉？”

“还记不记得那次咱们迷路，最后完全走到另一个镇子去了？”

**4. 提出能引发思考的问题，避免可以简单用“是”或“否”回答的问题：**

“皮特要去新学校了，却不开心，你说这是为什么呢？”

“如果你被锁进博物馆里，你会怎么办？”

**5. 表达自己的好奇心：**

“你说小鸟是不是一出生就知道怎么飞呢？”

“为什么斑马不容易驯养呢？它们不就是比一般的马多了些条纹吗？”

**6. 对孩子的好奇心表示鼓励：**

“这是个很好的问题。咱们一起往下看，寻找蛇需要冬眠的原因。”

“胡椒粉会让人打喷嚏，你觉得是为什么呢？”

**7. 让孩子猜测插图的意思，思考情节的深层含义或人物的想法：**

“国王为什么对这个宫廷小丑皱起了眉头？”

“这些男孩在山洞里迷路了，你觉得他们会怎么想？”

**8. 让孩子猜测情节发展：**

“如果小狗把骨头从大狗那里偷走了，你猜会发生什么？”

“你觉得王子会继续待在巫师的城堡还是会回家？”

**9. 就故事的某一方面询问孩子的看法：**

“威廉该如何帮他的同伴摆脱困境呢？”

“你认为这个赛车手是该继续比赛还是退出？”

**10. 讨论角色的性格特点与做事的动机：**

“班里这个新来的女生表现得如此目中无人，你觉得是为什么？”

“这个店主是想捞一笔外快，还是真心想帮助杰克呢？”

**11. 先重复孩子的答案，再进行延伸：**

“我也觉得这只鹅穿着圣诞老人的服装看上去很蠢，不过如果它打扮成吸血鬼就更蠢了。”

“没错，我也认为这个侦探表现得相当愚蠢，不过也有可能他是故意装成这样的，他想要混淆视听。”

**12. 通过阅读材料表达个人价值观和信念：**

“史尼奇看朋友们做什么他也做什么，于是感觉很有压力，其实他不需要模仿任何人，那样是很傻的。你只需要遵循自己的方式。”

“哈克本质上是一个有道德情操的人，所以他不惜违反当时的规则，也要帮助奴隶吉姆逃跑。有时候，我们需要听从良心的声音。”

# 朗读的时间

晚上睡觉之前有大段的时间为孩子读书，是一件很美好的事，这会让孩子的一天在甜蜜幸福中结束。我自己十分享受这一种形式，我的孩子也沉迷其中。但成人的世界很复杂，充斥着费时费力的事情，家长们不一定能在晚上拥有合适的时间、心情，以及足够的精力，也许会因为加班、社交应酬没法早回家。有的家长晚上有时间为孩子读书，但希望孩子能在更多的时间里接触书本。不管哪一种情况，家长们大可不必把朗读局限在晚上，或是其他特定的时间。阅读可以像零食一样，家长可以在一天之中随时将其供应给孩子，正如美国童子军的格言：时刻准备着。

家长应在家中各处放一些可供朗读的书，以备不时之需，比如厨房、卧室、浴室、客厅。这样只要有合适的时机，家长就可以随手拿起书来念给孩子听。在手提包、公文包、大衣口袋、汽车或手推车上也可以放一本小书或几页阅读材料，以便充分利用日常活动的间隙。

小婴儿被抱到家长腿上、躺在床上、坐在地板上吸奶瓶的时候，家长可以随手拿起一本书给孩子读几分钟。在一两岁的孩子洗澡、吃零食或吃饭的时候，家长也可以念书给他听。孩子上了幼儿园，在公交车上、火车上，以及在食品店里等比萨的时候，家长可以念书给孩子听。孩子上了小学，在带着他去接放学回家或参加完派对的他的兄弟姐妹时，等候的间隙，家长可以读书给他听。在医院候诊的时候，家长也可以给孩子读书。将这些短暂的时间叠加起来，家长为孩子读的书越多，孩子成长得越好。

我给孩子增加的额外的读书时间是这样挤出来的：每天早上我送他们下楼等校车时，会在大衣口袋里塞一本书，在等校车来的这段时间里读给他们听。有时候，男孩子像猴子一样调皮地跑来跑去，有时候，我们太困了或情绪不佳，不想读书。但是也有很多个早上，我们挤在一张长凳上，一起读书，直到校车出现。校车有时候来得很及时，但是遇到雨雪天就会晚10~15分钟。不管这段有趣的阅读时间是长是短，它都为

孩子们一天的繁重的学习开了个好头。在孩子们上小学期间，通过这段时间的听书，他们熟悉了几千个词语。

我们很容易将零散的时间用来看短信、发邮件、和朋友聊天，或者玩手机游戏。要知道，我们有余下一生的时间可以用手机聊天，但是抚养孩子的机会只有一次。一旦孩子长大，你就再也没有机会回到过去，重新陪伴他度过童年。

## 邀请其他人为孩子读书

为孩子读书不一定只是妈妈或爸爸的事。你可以邀请其他人也为此出一份力，比如孩子的哥哥姐姐、爷爷奶奶、叔叔阿姨、表兄弟姐妹、保姆，或者你的朋友，也可以请年纪稍大一些的邻居小孩来，在你忙家务或家里有客人需要招待的时候，给你的孩子读一会儿书。

要向上述这些“朗读帮手”解释清楚朗读的重要性，这样他们就会明白他们的帮助意味着什么。如果孩子白天会去幼儿园，你要确保老师或助教会花一些时间给孩子念书。孩子是通过与其他人的互动和交流分享来学习说话和阅读的，而不是在电视或电脑上观看所谓的“教育类节目”。

## 真人为主，科技为辅

现如今视频影像大受欢迎，家长很容易忽略孩子除了喜欢观看视频，也喜欢听故事。有声书和播客并不能完全取代真人阅读，因为机器不能依偎拥抱，没法提一些有思考性的问题，没法聊天、解释某些词语的意思。不过单就听的角度而言，有声书、有声故事，或者其他节目，都可以给孩子带来欢乐，让孩子接触到数以千计的新词汇，增强孩子处

理语言的能力。

开始的时候，家长可以利用孩子喝水、安静地玩娃娃或其他玩具、画画涂色的时间，或者坐在车里的时间，陪孩子一起听节目。如果家长能经常参与分享这种乐趣，孩子就会渐渐养成听故事的习惯，无论家长在不在身边都没有影响。

家长可以从网上下载音频，从当地图书馆借光盘，或者在网上、书店里或集市上购买光盘。“听友”（Learning Ally），前身为“为盲人和诵读困难者录音”（Recording for the Blind and Dyslexic），是一个全国性的非营利组织，提供海量的在线音频材料。

音响设备可以安装在孩子的卧室，或是其他孩子容易接触到的地方。在汽车上、飞机场里或火车上也可以随身携带音响设备和音频材料。孩子听到的词汇越多，将来阅读就会越轻松。

---

开始的时候，家长可以陪孩子一起听节目。如果家长能经常参与分享这种乐趣，孩子就会渐渐养成听故事的习惯，无论家长在不在身边都没有影响。

---

## 将阅读穿插在日常生活中

身体健康，需要好好吃饭，头脑健康，需要多多读书，这是孩子们需要了解的。只是笼统地告诉孩子读书有好处是不够的，家长需要强调阅读的重要性，以下是四种实际可行的方法：

☺ 在家里各处放置书或其他阅读材料。

☺ 家长需亲身示范，阅读纸质书、电子书、杂志、报纸，让孩子从家长身上看到阅读是一件快乐的事。

☺ 经常带孩子去图书馆或书店（研究表明，爱好阅读的孩子经常被带去图书馆）。

☺ 鼓励孩子通过阅读满足自己的好奇心。

举个例子，2月12日是林肯总统的生日，如果这天孩子放学回来，问到有关林肯总统的问题，家长就可以从图书馆或书店找一本关于林肯生平的书，或者从网上下载一些材料，读给孩子听。如果孩子好奇为什么洋葱会刺激眼睛流眼泪，家长就可以带着孩子一起在科普书或者网上寻找答案，然后把相关信息念给他听。如果孩子好奇飞机是怎么待在空中的，家长就可以找莱特兄弟的传记念给孩子听。每逢节日，给孩子读一本关于这个节日或与这个节日有关的人物的书。如果孩子询问某个词语的意思，帮助孩子查阅词典或电子书，然后把相关定义念给孩子听。

当读书成为日常生活的一部分，孩子就会逐渐养成习惯，把阅读当作休闲娱乐，把书本当作获取知识的宝库。书籍则会滋养孩子的心灵、思想和灵魂。

## 朗读的内容

专为儿童创作的优秀书籍成千上万，但儿童文学不应是家长的唯一选择。孩子对未知的世界有着巨大的好奇心，能理解的词汇数量也远远超过能识读的数量（大约到八年级，孩子的阅读力会和听力持平）。比起儿童文学，大人们的阅读材料涵盖很多资讯，句法更复杂，词汇范围更广。因此，选择丰富的内容为孩子朗读，可以扩展孩子对世界的认知，引发孩子阅读和学习的兴趣。

家长平时阅读各类材料的时候可以留心，书本、报纸、杂志、广告、邮件里都可能有某句话、某个段落、某一页的内容是孩子感兴趣的。例如，报纸上对婚礼上有人戴了一顶滑稽的帽子的报道、对某位体育明星的采访、对某位公众人物的批评，朋友发来的诙谐有趣的邮件，推理小说里有关某个人物的生动描写，甚至是报纸上出现的讣告……（我知道最后一个听上去有些恐怖，但是讣告就是关于某个人的小传，内容往往很有趣。如果不愿意，可以不告诉孩子此人已去世。）把这些内容从报纸杂志上直接撕下来，或在书里标记一下，放起来以备不时之需。吃饭的时候，在商店排队结账的时候，坐在餐厅里等汉堡薯条的时候，都可以念给孩子听。家长也可以直接走进孩子的房间告诉他："哈，听听这一段，澳大利亚的骆驼太疯狂，这些骆驼袭击空调竟然是为了找水喝。"（对了，这可是真实事件。）

以下是我的亲身经历。那时候我在读马克·萨尔兹曼的《幽默的中国人》（*Iron and Silk*），这本书记录了作者20世纪80年代在中国教英语、学武术的一段经历，其中有一段关于武术老师的无敌铁拳的描写，特别引人入胜。当时我儿子8岁，有失读症，正在学习空手道，于是我将这一小段读给他听。他完全被迷住了，一直央求我再多读一些关于这位老师的内容。再后来，他让我返回去从头开始读给他听，当然我略过了一些难度比较大的以及内容不合适的章节。

儿子从中学习到了什么呢？在听的过程中，他接触到了几十个有趣的新词汇，比如局促不安、牵制、简朴、平庸，了解了中国的习俗、文化和饮食习惯，学到了小小的善意之举会给人带来怎样的影响，并且重新表现出了对阅读的渴望，尽管那时候他在学校里遇到了很多阅读上的挫折。

---

家长不用担心阅读难度的问题，家长拿到任何孩子可能感兴趣的书都可以尝试为其朗读。

---

还有一个例子，有段时间我和孩子们都对文学作品里出现的反霸凌主题非常感兴趣——面对欺凌，一个性格温和的人该如何自卫、保护他人。在我们读过的书里，这个话题一再出现，比如C. S. 刘易斯的《纳尼亚传奇：狮子、女巫和魔衣柜》和布莱恩·雅克的《红墙》。因此，当我在旧货市场看到一本破损的小说——杰克·舍费尔写的《原野奇侠》（*Shane*），就买了下来准备读给孩子们听。这本书的情节并不复杂，它讲述了一位神枪手想要退隐、远离纷争，却不得不再度拿起枪，保护被恶霸威胁的朋友们的故事。读这本书的时候，我们讨论了自己遇到过的欺凌事件，看到他人受欺凌之时挺身而出的重要性，以及面对恶霸时应当具备怎样的勇气和智慧。孩子们非常喜欢这本书，以至于后来我遇到这本书的录音带也毫不犹豫地买了下来，在孩子们睡前放给他们听。后来，我们一起看了1953年版的同名电影（电影由艾伦·拉德主演，小A.B.格里斯担任编剧），并且将电影和书进行了对比。孩子们学会识字以后，又自己重新读了一遍此书。最近，这本折了角的《原野奇侠》又在家中被翻了出来，我正打算重读一遍。如果哪天儿子来拜访，碰巧在我的床头柜上看到这本书，说不定就又会拿去阅读了。

家长不用担心阅读难度的问题，家长拿到任何孩子可能感兴趣的书都可以尝试为其朗读。不管是家长还是孩子，只要觉得目前在读的书内容无聊或难以理解，就可以弃之，改读别的书，这也不会造成什么损失。

有些经典小说，如乔治·奥威尔的《动物庄园》、马克·吐温的《汤姆·索亚历险记》，虽然语言朴实无华，但蕴含的思想十分深邃，对于这类书，家长既可以读给几岁的孩子听，也可以读给十几岁的孩子听，不管什么年龄段的孩子都会十分喜欢。即便有些成人书籍总体上不适合小孩阅读，但是其中总有些段落是感人的，扣人心弦的，引人入胜的。拿塞万提斯所著的《堂吉诃德》来说，虽然孩子可能并不喜欢整本书，但是书中几个滑稽的片段也是十分有趣的。有些推理小说对小孩子来说有点儿恐怖，但其中对某个古怪人物的生动描写可能会让他感兴趣。

# 家里几个孩子年龄不同，没关系

在理想的情况下，家长每天有足够的时间分别为每个孩子朗读，但在快节奏的现代生活面前，这只能是一种奢侈。事实上，家长很多时候根本没时间为孩子朗读。但是育儿良方并不是指凡事都要达到尽善尽美，而是纵然环境有缺憾，家长仍尽力做到最好。因此，即便时间有限，孩子不止一个，家长也不要放弃为孩子读书的念头，同时给不同年龄的孩子读书是可行的。

---

育儿良方并不是指凡事都要达到尽善尽美，而是纵然环境有缺憾，家长仍尽力做到最好。

---

我曾深入思考过这个问题，因为我自己的三个孩子年龄差距非常大（最小的孩子出生时，另外两个孩子一个7岁，一个11岁）。我尽量读书给他们听，一方面是因为我自己喜欢，而且他们也都喜欢听我读书，另一方面是因为我想传递自己对阅读的热爱。虽然不是同时带三个孩子，但大多数时候，我至少要同时照顾两个，因此得想办法让阅读的过程同时引起他们三个的兴趣。

作为一个作家，加上此前做英语老师的经历，我的优势在于，我知道关于书有三件重要的事情，我是这样讲给孩子们听的：

- 不管什么形式，好作品就是好作品。
- 有趣的观点值得深入探讨。
- 书籍是心灵的玩具，且使用方法多种多样。

## 好作品就是好作品

从一开始，我就将这一观点清清楚楚地告诉了孩子们，不管什么形式的作品里都有佳作，包括儿童绘本、小说、漫画、宣传册、杂志，甚至使用说明书。因此，大一点儿的孩子和他们最小的弟弟一起分享绘本的时候，并不会觉得难为情。在家里，我们不会对“幼稚的”书或漫画有偏见，只会摒弃那些糟糕的作品，比如内容浅显无聊的，宣扬陈词滥调的，老套的。好书我们就喜欢读，糟糕的书我们就舍弃（不排除这种可能性：对于一本“糟糕”的书，可能过些时候再读就觉得有意思了，只是彼时我们还无法欣赏）。

在我家，大一些的孩子喜欢幼儿读物并不会为此感到难为情，最小的孩子也习惯了听“大孩子们”的内容。这使得我能够将更多不同的内容读给他们听：儿童绘本、不同难度等级的故事书，以及成人看的小说的部分章节。怎样才能让大孩子对绘本感兴趣，让一两岁的孩子对小说感兴趣呢？我们可以用互动式阅读的方法，比如，时不时停下来对某幅插图发表看法，讨论某个角色、情节，探讨书中或有趣或不切实际的观点。对于一两岁或刚开始学习认字的孩子，我和他的互动自然与跟大一些的孩子的互动不同。但不管讨论的是什么难度水平的书，我和每个孩子之间的互动对话都是真诚的，适合他们的年龄的。

## 有趣的观点值得深入探讨

当书中出现一个有趣的观点时，我会鼓励孩子们思考、讨论、深入挖掘。有一次，我给三个孩子读苏斯博士创作的儿童绘本《去太阳城真是好麻烦》。每读完一两页，我就会停下来，把某个有趣的插图指给只有一两岁的小儿子看，然后和两个大一些的孩子讨论插图背后的含义。

这本书讲述了这样一个故事：一个小动物因为遇到麻烦事而离家出

走，逃往太阳城（“一个永远不会遇到麻烦的，至少麻烦非常非常少的地方”），然而在去太阳城的途中遇到了种种新问题。在经历了几次不幸的遭遇之后，主人公开始明白，麻烦事到处都有，于是决定回家，它拿着一个球拍当“武器”，宣布：“现在我的麻烦事要遇到我这个大麻烦了。”三个孩子都很喜欢书里风格独特的插图，这个故事寓意深刻，我们彼此探讨了很多话题：勇气、胆怯、自我保护、追求完美，以及每个人都会遇到命运的捉弄。

还有一次，我给大一点儿的孩子们读插图版的《霍比特人》，小儿子坐在我的大腿上。每读几页，我就停下来解释某个生词，然后指出插图里有趣的地方，或是给只有一两岁的小儿子解释故事情节。他太小了，听不懂整个故事，但是他喜欢挨着我，喜欢和哥哥们待在一起，对书里那些色彩斑斓的插图也很着迷。小儿子坐不住的时候，我就用玩具、零食转移他的注意力，然后继续往下读。如果他开始不耐烦，不停地打岔，我就会停下来。即便最后阅读时间只有几分钟，这对我们来说也是值得的。

## 书籍是心灵的玩具，且使用方法多种多样

在给小儿子读书的时候，为了让大儿子们也感兴趣，我会用一些方法让阅读过程活泼有趣。我会让其中一个孩子负责朗读，或者让他们轮流读。我也会直接翻到书本最后一页，让他们按照从后往前的顺序翻看插画，并据此编出一个新故事。或者，我会模仿外国人的口音搞怪，让孩子们模仿同样的口音念出来，或者另想一个古怪的口音。一旦他们觉得无聊了，我就会停下来，找些别的事情，和他们分开各做各的，或者找些事情一起参与。

## 分享工作内容和兴趣爱好

家长为孩子朗读与自己工作或爱好相关的材料，可以与孩子建立更好的情感联系。这里不是指把教材或者指导手册拿出来读，而是与孩子分享自己感兴趣的东西，让孩子更好地了解家长的所思所想、谋生方式和娱乐爱好。

---

> 阅读不具有遗传性，它是后天养成的习惯。我认识很多热爱读书的家长，但他们的孩子对读书完全不感兴趣。

---

家长如果是律师，或者热爱政治，可以为孩子读报纸上有关热点话题的文章，并与孩子讨论这些话题，比如移民、堕胎、平权法案。家长如果是厨师或醉心厨艺，可以为孩子朗读餐厅介绍或新奇的菜单。家长如果是鸟类爱好者，可以为孩子朗读《国家地理》杂志上有意思的文章，或者从乔纳森·弗兰岑的小说《自由》中，选取几段有关鸟类描写的文字来读。家长如果是老师，近期收到了往届学生写的令人开心的信，也可以把它念给孩子听。

热爱阅读并不具有遗传性，这是后天养成的习惯。我认识很多热爱读书的家长，但他们的孩子对读书完全不感兴趣。家长不仅要以身作则、在家中多储备书，还要在孩子读书识字的时候，分享一些有趣的、搞笑的内容，强化孩子对书本的喜爱。如果家长将自己的热情与孩子分享，孩子也会热爱书本，养成终身阅读的习惯。

### 本章小结

## 要点回顾

- 扩展朗读的方式、使朗读的时间更灵活和丰富朗读的内容，可以增加孩子的乐趣，带给孩子足以改变人生的体验，并且在以下方面对孩子有益：

对书本和阅读的兴趣、智商和情商、阅读能力、词汇量、抽象思维能力、提高学习成绩的能力、对世界的认知、同理心、创造力、和家长的情感交流。

- 在朗读的过程中，如果家长时不时地停下来，和孩子交流朗读的内容，就会加深孩子的印象，也会使整个过程更加愉悦。

- 互动式阅读是一种简单的，既可以维系亲子感情，又不会妨碍双方保有自己隐私的方法。

- 时不时停下来讨论读书的内容虽然很有益处，但要记得孩子的乐趣才是最重要的，这样孩子才能将阅读和乐趣联系在一起。不要把每一次交流都变成教育时间。如果家长总是打断故事的流畅性，不停问问题，阅读的乐趣和孩子的兴趣就会被破坏。

- 家里几个孩子所处的年龄段不同，没关系。即便时间有限，孩子不止一个，也不要放弃为孩子读书的念头，同时给不同年龄的孩子读书是可行的。

- 作为一个作家，加上此前做英语老师的经历，我的优势在于，我知道关于书有三件重要的事情，我是这样讲给孩子们听的：

不管什么形式，好作品就是好作品；有趣的观点值得深入探讨；书籍是心灵的玩具，且使用方法多种多样。

- 比起儿童文学，大人们的阅读材料涵盖很多资讯，句法更复

杂，词汇范围更广。因此，选择丰富的内容为孩子朗读，可以扩展孩子对世界的认知，引发孩子阅读和学习的兴趣。

## 行动建议

▶ 朗读的时候可以停下来聊聊对插图的看法，问个问题，简单聊聊书中的角色，阐明情节发展，解释某个词的意思，或是将故事里的某一处与孩子的实际生活联系起来。换言之，书本可以作为一个起点，家长可以借此开启与孩子的对话，与孩子聊任何你们感兴趣的话题。

▶ 提出能引发思考的问题，避免可以简单用“是”或“否”回答的问题。

▶ 对孩子的好奇心表示鼓励，并表达出自己的好奇。

▶ 让孩子猜测插图的意思，思考情节的深层含义或人物的想法；让孩子猜测情节发展；就故事的某一方面询问孩子的看法。

▶ 讨论角色的性格特点与行事动机。

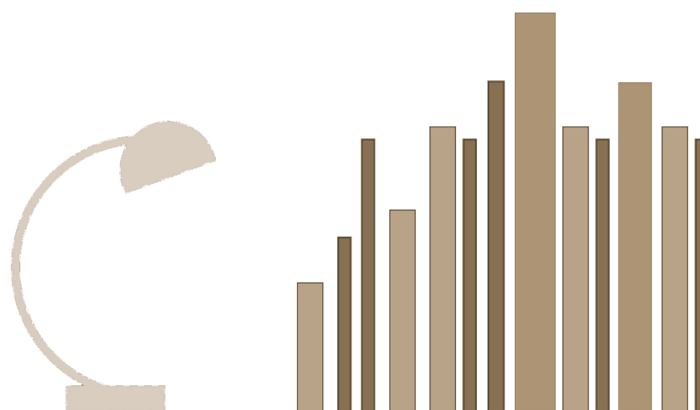
▶ 通过阅读材料表达自己的个人价值观和信念。

▶ 将阅读穿插在孩子的日常生活中。

▶ 与孩子分享工作内容和兴趣爱好。

▶ 经常带孩子去图书馆。

# 第六章
# 步骤四：激发孩子的阅读兴趣



终于结束了一天的漫长工作，回到家中却要坐下来练习半小时的梵文阅读，这样想一下，就能对每天晚上不得不打开书本学习阅读的初学者感同身受了。

“熟能生巧”，这对于阅读尤其适用。学习阅读是阶段性的过程，每一个新阶段都建立在上一个阶段学习的技巧之上。孩子要想掌握新技巧，进入下个阅读阶段，唯一的方法就是每天在家练习。

但是对于初学阅读的孩子而言，练习十分辛苦，尤其是在白天已经在学校上了一天的课的情况下。因为初学阅读的孩子需要花很多精力去辨认字词，而无法将注意力集中在故事本身，所以阅读对他们来说，更像是烦琐无趣的工作。孩子宁愿看电视、打游戏，不管做些什么，就是不想打开书本。

提醒：这是孩子一生中的关键时刻。

对于孩子而言，初学阅读的时期是至关重要的。然而，家庭生活烦

琐又忙碌，而阅读是缓慢、安静的过程，以至于家长可能意识不到孩子此时内心的脆弱，也不明白这一时期对孩子的未来至关重要。这总是让我联想到田纳西·威廉斯的剧本《夜莺奇事》中阿尔玛小姐的一句台词：“失败悄无声息地到来，真令人措手不及！”

具体来说，孩子在小学毕业之际如果能掌握娴熟的阅读技巧并且热爱阅读，就会在课堂上感觉放松自信，将自己视为聪明的孩子，拥有优异的学习成绩，有时间和朋友玩，参加课外活动，享受学校生活，愿意继续在学校接受良好的教育。他日后在个人生活和职业道路方面也将拥有更多的选择机会。

相反，如果小学头几年，孩子在基础能力层面就遇到挫折，没法熟练地阅读，他的自尊心就会受到打击，他会将书本视为敌人，学习成绩要么很差要么中等，他在课堂上会感到焦虑和沮丧，想尽快离开学校，他在以后的人生中的选择机会也越来越少。他的整个人生不免会滑向一个完全相反的方向。

这里并不是说优秀的阅读能力可以保证孩子以后的健康、幸福和成功。世界变幻莫测，没有什么是绝对的保障。但是培养阅读力对孩子的品格有积极促进作用，能让孩子轻松面对生活中的不幸与意外，让他有更大把握书写精彩的人生。

## 其实没那么困难

一般观点认为，培养孩子阅读力是天方夜谭，但事实恰恰相反，培养孩子的阅读兴趣并不困难，也不会耗费很多时间。不用强迫施压，不用教训辅导，不用禁用电子产品，也不需要将孩子赶回房间，长时间一个人孤单地练习。重要的是，家长要改变自己对阅读的态度，并且将自

己的态度用充满爱的积极的方式表达出来（用鼓励代替唠叨）。

要记住，在培养孩子阅读力的过程中，情感起着很重要的作用。研究表明，当孩子把阅读和乐趣联系在一起时，身体会释放化学物质，让大脑高速运转。这样一来，孩子会更多参与学习过程，并且受到更多鼓励。

家长的目标是帮助孩子跨过初学阶段的门槛（这个门槛其实是每个人都会遇到的），然后孩子可以掌握足够的技能来享受阅读。当孩子将阅读视为快乐而非痛苦，便会相应地提高阅读频率。熟能生巧，孩子也会越来越享受阅读。

---

研究表明，当孩子把阅读和乐趣联系在一起时，身体会释放化学物质，让大脑高速运转。

---

培养孩子成为终身热爱读书的人，需要做以下三件事：

☺ 强化孩子天生的对书本的兴趣。

☺ 激发孩子的热情，让孩子愿意学习阅读。

☺ 在家中提供各种便利，让孩子练习阅读。

在本章中，我会分享一些小技巧，让家长更容易达成目标。在此之前，我想先解释一下，为什么家长的支持对孩子影响巨大。

## 学习阅读的过程

阅读看似简单，但神经生物学家告诉我们，阅读是人类认知活动中最复杂最具挑战的一项。阅读会使用到大脑的两个半球，涉及记忆力、经验、想象力、语言和运动机能、视觉感知，以及执行能力，例如克服分心打岔、专注任务直至成功的能力。

阅读不仅是极其复杂的大脑任务，也是一项较为新鲜的人类活动：人类已经在地球上生存了大约20万年，而阅读的历史只有大约5000年。因此比起用眼睛看、用耳朵听、活动胳膊和腿，阅读不是人类天生就会的。这也是为什么孩子需要在学校学习正式的阅读课程。

阅读确实让孩子更聪明。要想识字和学会阅读，孩子就必须学习如何将大脑连接用于实现特定的目标，把书本上各种黑颜色的笔画与拼音字母联系在一起，将拼音字母与发音、发音与字词、字词与意思联系在一起，还要将词汇的意思记在脑中。完成这些步骤十分吃力，会刺激大脑生成新的连接，扩展脑容量。阅读确实让孩子更聪明。

在孩子学习阅读的过程中，大脑会使用两条单独的神经通路（neural pathways）。初始阶段，大脑会使用较慢的神经通路，初学者一个拼音字母一个拼音字母地费力拼读字词。等孩子掌握了拼读的各个步骤，大脑就会切换到与之相通的另一条神经通路，几乎瞬间就可以处理完这些信息。这是一条高速神经通路，它使技巧熟练的孩子一边看字词，一边分辨读音、检索词义，并将其存储在记忆中，整个过程非常迅速，看上去就像是自然发生的。也正是这种流畅性，使阅读成为一种愉快的经历。

一小部分孩子从小时候刚学习阅读时起，就能很快熟练掌握它，就像有的孩子跳进游泳池或湖里，就喜欢上了水，很快学会游泳。但是大多数孩子需要经过数年的老师或家长的指导和自己的实践，才能积累出质的飞跃。不幸的是，很多孩子都没能跨越学习阅读的初始阶段，从一开始就饱受挫折（其中的种种原因我会在下一章继续探讨），上学期间一直觉得枯燥乏味，从此远远地躲开书本和阅读。

初始阶段，孩子可能会说自己“不喜欢”读书，要知道，孩子这么说并不是因为被电子产品占据了精力，也和性格气质完全无关，这只是因为拼读单词、培养阅读技巧是十分困难的任务。

这时候对孩子说“阅读是很有趣的”并不能起到什么作用，因为此时阅读于孩子而言并不是有趣的事，不管家长怎么说都无济于事。只有当孩子熟练掌握阅读技巧后，阅读才会变得有趣。也就是说，当孩子学会迅速、轻松、准确地阅读后，阅读就不再是障碍。

# 无障碍阅读

无障碍阅读，即看到一个词一眼就能读懂它的意思，这是孩子在小学时要学习的最重要的一项技能。原因在于，这种技巧可以将阅读从繁重的任务变成一件乐事，让孩子从知道如何阅读转变为热爱阅读。这种改变将会影响孩子的一生。

不过，让孩子达到无障碍阅读，并不全是老师的责任，也需要家长的配合。

老师在课堂上会教授新的阅读技巧，可能也会提供一些课堂时间供孩子练习。很多学校的阅读课程有各种各样的名字：DEAR（Drop Everything And Read，放下一切来读书）、DIRT（Daily Individual Reading Time，每日个人阅读时间）、SQUIRT（Sustained Quiet Uninterrupted Independent Reading Time，持续安静不受打扰的阅读时间）、VFR（Voluntary Free Reading，自愿自由阅读）。但是这些并不足以让孩子达到流畅阅读的状态，他们还需要定期在家中练习。老师自然无法和孩子一起回家，因此监督孩子在家练习的责任就落到了家长肩上。

只有家长能保护孩子免于陷入不断失败的恶性循环，若没有家长的支持，就会发生以下状况：

孩子放学回到家很累，不想读书。读书越少，提高越慢；提高越慢，越不想读书，越无法熟练掌握阅读技巧。孩子将始终停留在小学初级水平，上学期间会一直把阅读当成一项不开心的任务，毕业以后也永远讨厌书本和阅读。

在家长和孩子都很忙碌疲惫的晚上，怎样才能让孩子坐下来练习阅读呢？答案已经呼之欲出了。实际上，家长们十分擅长激励孩子，因为此前已经有过许多实践。

## 似曾相识的支持方式

每当帮助孩子学习一种新的休闲技能时，比如游泳、溜冰、骑自行车、烘焙、组装飞机模型、放风筝、修理旧车，家长们都会本能地表现出一套固定的行为模式。下面让我们以骑自行车为例，看看通常家长是如何教孩子的。

最初，家长会给一两岁的孩子买两轮或三轮的塑料儿童车，因为知道孩子一定会喜欢骑自行车，并且能从中受益。过些时候，家长会给孩子把车子换成稍微大一些的儿童车，然后是带辅助轮的两轮自行车。等孩子长到可以开始学习骑两轮自行车的年纪，家长会把辅助轮卸掉，并且做一些简单的介绍说明。比如，告诉孩子一开始可能很难掌握平衡，但是经过练习，骑车这件事就会越来越容易，最终变得自然平常。家长还会告诉孩子，一旦学会骑自行车，在以后的人生中就都可以享受这件事。

然后，家长会帮助孩子坐上自行车，而自己握住车后座，防止孩子摔倒受伤。孩子练习的时候，家长会在一旁跟着跑，表扬、欢呼，为孩子树立信心，避免令他挫败、士气低落。等孩子的技巧和信心增加以后，家长会一点点放开握住车后座的手，但还是会在旁边以防孩子失去平衡。等孩子学会踩脚踏板、控制方向、刹车，并且能够保持平衡，就可以自己骑车了，家长和孩子都会为此激动。

帮助孩子学习骑自行车的过程可以分为四个阶段：

阶段一：提供适合孩子年龄的自行车，让孩子可以开心地玩，锻炼身体。

阶段二：当孩子长到可以骑两轮车的年纪，跟孩子说明，骑车这件事一开始很困难，但越练习越容易，最后会变得自然平常。在孩子练习的时候，家长还会告诉孩子，刻苦练习就会收获回报，因为此后的一生中都可以享受骑自行车的乐趣。

阶段三：在孩子练习的时候为他加油鼓劲，以缓解孩子的紧张感，减少孩子的厌烦和挫败情绪。

阶段四：孩子在掌握足够的技巧之后，就可以独自骑车，并爱上骑车。

现在，把帮助孩子学习骑自行车换成帮助孩子学习阅读：

阶段一：向孩子介绍关于字词和书籍的基本知识，让孩子可以开心地玩，锻炼大脑。

阶段二：当孩子长到可以学习识字阅读的年纪，跟孩子说明阅读这件事一开始很困难，但越练习越容易，最后会变得自然平常。告诉孩子刻苦练习就会收获回报，因为在此后的一生中都可以享受阅读的乐趣。

阶段三：在孩子练习的时候为他加油鼓劲，以缓解孩子的紧张感，减少孩子的厌烦和挫败情绪。

阶段四：孩子在掌握足够的技巧之后，就可以独立阅读，并爱上阅读。

请注意，从孩子开始学骑自行车的时候起，家长就与之一同分享快乐，从第一辆三轮儿童车到两轮自行车，家长一直扮演啦啦队队长和支持者的角色。家长激发孩子学习的欲望，在初期一直陪伴孩子左右，在整个学习阶段既没有强迫也没有斥责孩子，而是与孩子一同努力达成目标。并且，家长知道孩子会愿意学习骑自行车，知道他学会以后会爱上骑车。

如果对正在学习阅读的孩子采取同样的方法，我保证孩子一定能学会阅读。

# 阅读不分性格

虽然各方说法不一，但是孩子的性格并不是影响阅读的因素。不管是安静的、活泼的、好动的，聪明机灵一学就会的，还是在阅读上有一定的困难的，研究表明，只要在学校接受足够的指导，在家里受到足够的支持和鼓励，所有孩子都能学会阅读。

以下是九种具体的方法，可以帮助孩子掌握这项重要技能。其中只有两种方法需要家长额外投入时间精力，即为孩子大声朗读和口头导读（如果家长着实忙碌，也可改用更适合自己的方法）。其余七种方法只需要家长改变自己对待阅读的态度，无须额外花费时间。

研究表明，只要在学校接受足够的指导，在家里受到足够的支持和鼓励，所有孩子都能学会阅读。

# 为正在学习阅读的孩子提供帮助的九种方法

## 增强孩子的阅读热情

在孩子学习识字阅读之前及学习的过程中，家长需要告诉孩子一些重要的观点，并且不能只提及一两次，而是要一遍又一遍地嘱咐孩子：

☺阅读是小学学习阶段最重要的一项技能。

☺培养良好的阅读技能会使学校生活和成年以后的人生更加轻松，更加愉悦。

☺家长会与孩子共同学习，并且是孩子的支持者，不是敌人和批评家。

☺识字阅读最初很困难，但越练习越容易，最后会变得自然平常。

☺什么时候学会并不重要，重要的是学得足够好，能够乐在其中。

☺练习很苦，但是家长会尽力让孩子在练习阶段感到舒适、快乐。

## 在孩子认字以后，继续为孩子朗读

---

家长如果继续为上小学的孩子朗读，就会增加孩子对书本的热爱、对学习的兴趣，并且让他愿意下功夫提高阅读能力。

---

婴儿期和学步期的孩子喜欢看图画书，喜欢听家长读书。在孩子开始学习认字以后，家长需要强化书本和阅读的乐趣，否则孩子会慢慢将读书与家庭作业和困难联系在一起，忘记读书其实是一种休闲放松。家长如果继续为上小学的孩子朗读，就会增加孩子对书本的热爱、对学习的兴趣，并且让他愿意下功夫提高阅读能力。

家长为孩子朗读，既可以利用整段的时间，也可以在忙碌的间隙，读些简短的内容给孩子当“零食”。阅读材料的范围可以非常广泛，不要仅限于儿童读物。报纸杂志的文章社论、餐馆介绍或点评、讣告、小说或非小说类书籍、漫画等，这些内容，只要孩子喜欢，家长都可以读给他听。在孩子认字以后继续给孩子读书并不是溺爱骄纵，而是加深他阅读的乐趣，扩展他的词汇量，增加他对世界的认识，这些都有助于培养孩子的阅读力。

---

在孩子认字以后继续给孩子读书并不是溺爱骄纵，而是加深他阅读的乐趣，扩展他的词汇量，增加他对世界的认识，这些都有助于培养孩子的阅读力。

---

## 孩子大声读，家长给反馈

20世纪80年代，美国国家阅读研究小组（National Reading Panel）对各种不同的教学方法进行分析研究后，有了一个重要发现：在提升阅读的流畅度方面，最富成效的方法是让孩子重复朗读一首诗、一篇故事的某个段落或某一页，并且在他重复朗读的时候给出反馈和修正。这种方法有若干不同的名称——引导式重复性朗读、陪读朗读、共享朗读、辅助阅读或回声阅读。

这种方式效果显著，因为孩子需要看一个词语三到四遍，才能轻松做到立刻反应出词义。同样的句子重复朗读几遍，孩子就有机会熟悉单词，并且迅速读懂它的意思。

选择一首篇幅短的诗、一个段落或一篇短文（长度为50~100个英文单词），内容应该是孩子喜欢的，或者让孩子自己选择（推荐谢尔·希尔弗斯坦的诗，它们很适合孩子读）。如果孩子选择自己已经读过的内容，也完全没有问题。应该选择孩子能够轻松朗读的材料，在他朗读时，每页只出现一两次错误需要改正。如果诗和短文难度太大，孩子会产生泄气、沮丧、厌烦的情绪。

为了减轻难度，家长可以先为孩子读一遍，示范字词的正确读音，也可以让孩子先默读，熟悉整个材料以后再开始朗读。或者家长可以让孩子读上三四遍，直至他能够流畅朗读。如果孩子在辨认某个词时犹豫或认错了，不要立刻纠正，要给孩子一点儿时间思考，或者提示性地询问这个词放在整个句子里能否说得通。过了一会儿如果孩子还是不能正确认出这个词，家长再说出答案，这样孩子不会气馁。

诗集、绘本和戏剧剧本都是很好的练习阅读的材料。有的网站可以免费下载剧本，家长可以把剧本打印出来。以下是三个适合阅读初学者的剧本网站：

**读者剧场版（Reader’s Theater Editions）**

http://www.aaronshep.com/rt/RTE.html

该网站的剧本适合8~15岁的孩子。

**辛科儿童（Kidsinco）**

http://www.kidsinco.com/complete-list-of-playscripts

该网站有130个不同的儿童剧本、短剧和可以角色扮演的故事，适合所有人。

**诗歌教师（Poetry Teachers）**

http://www.poetryteachers.com/poetrytheater/theater.html

这是个很棒的网站，有很多押韵的剧本。

指导孩子阅读不需要花费很长时间，但是这样的投入会给孩子带来巨大的回报。

## 没法专注辅导的时候，给予口头的指导

家长可以一边让孩子大声朗读，一边自己做一些家务或其他琐碎的事，比如做饭、打扫厨房、叠衣服、剪指甲、熨衣服（以前我慢跑后会坐在地上，边做伸展运动，边让孩子读书给我听）。如果家长没有直接看书，可能无法指出孩子朗读过程中所有的错误，但是总会发现其中一些，这种练习也能够提高孩子快速辨识词语的能力。

## 笑声与高频词

英语中有一小部分单词在儿童读物中出现的频率非常高，几乎占据儿童读物中总词汇量的一半。这些词语被称为多尔希高频词，最初由教育学家爱德华·多尔希博士在20世纪三四十年代整理汇编。帮助孩子练习识读这些高频词，可以提高孩子快速识读单词的能力，这种快速反应能力将降低学习阅读的难度、增加乐趣。

高频词汇表可以从老师那里讨要，也可以自己从网上下载，如果有兴趣，还可以自己制作单词卡片（我自己不太喜欢这样的工作），或者用词汇表做游戏。比如，家长可以与孩子玩速读比赛，轮流读一个、一列或一整页单词，比拼速度。但是需要注意不要把比赛变成枯燥的训练，这是一个游戏。

以前我和儿子会坐在地板上，将高频词汇表放在我们中间，然后轮流读一列单词，比拼速度。有时候，我们会用闹钟或厨房计时器（kitchen timer）设置时间，在固定的时间里比谁读的单词多，或者第二次或第三次的时候比谁提高得快。为了超过对方，我们读得越来越快，最后舌头打结，胡言乱语。然后我们就会因笑得太厉害而无法继续进行下去，游戏也就到此结束了。这些练习只有几分钟的时间，但是大大提高了我的孩子们的即兴朗读能力，对他们克服阅读方面的困难十分有帮助。

## 成为“小飞象丹波的羽毛”注，缓解紧张感

还记得丹波的故事吗，那只长着大耳朵的小象？丹波特别害怕飞翔，于是朋友送给他一根“神奇”羽毛，增加了丹波的信心，让他一飞冲天。

初学阅读的孩子就像丹波一样，对在书页间“飞翔”感到紧张不安，尤其在学期末有重大的阅读考试，或者孩子本身有失读症的情况下。紧张是孩子最大的敌人。阅读涉及大脑的两个半球的工作，而紧张感会制造出化学物质，堵塞胼胝体（即连接大脑左右半球的神经束），因而阻碍孩子思维的有效运转。如果孩子一打开书就紧张，以致“大脑一片空白”，就可能会引发其他学习问题，增加学习阅读的难度。（这就像是约会迟到时的紧张慌乱——出门前四处寻找车钥匙，最后却发现钥匙被自己攥在手里。）

家长可以成为“小飞象丹波的羽毛”，在孩子练习的时候陪伴在他身边，帮助孩子建立信心，缓解紧张。家长在孩子身边，即便注意力不在孩子身上，对正在辛苦练习的孩子也是一种慰藉。

家长尽可能地邀请孩子“陪伴”在自己的身边，让孩子阅读他想读的书，而家长在一旁安静地做事情，看报纸、整理账单、使用电脑、编织东西、做瑜伽、照顾更小的孩子等。家长也可以带上随身用具（如书本、账单、报纸、织物、电脑）来到孩子房间，陪伴孩子读书。这样会让练习不那么孤独，孩子更容易接受。

此外，等孩子再大一些，在他准备重大论文写作、重要考试的时候，家长也可以成为“小飞象丹波的羽毛”，陪在孩子身边。只要一想到要开始做这些事，孩子就会忐忑不安，无法集中精神。但是如果家长走进孩子的房间，待上一会儿，这样的陪伴就会让孩子平静、放松，能够收拾心情、整顿思路。等孩子开始着手写作或准备考试了，家长就可以退出房间，继续忙自己的事情。

家长可以成为“小飞象丹波的羽毛”，在孩子练习的时候陪伴在他身边，帮助孩子建立信心，缓解紧张。

## 奖励很重要！

日复一日练习阅读需要孩子有相当的自制力，因此家长要重视对孩子的付出给予奖励，如表扬孩子有责任心、勤奋、努力、长大了，拥抱亲吻，对孩子的毅力表示钦佩，在全家人面前表扬孩子的优秀，奖励玩具和零食。

奖励孩子的好行为比惩罚孩子的坏行为更有效果。孩子不愿练习的时候，家长如果采用责骂、减少特权作为威胁，就会在家中制造出紧张的氛围，损害孩子与自己的关系，也难以让孩子在心中把阅读与乐趣联系在一起。

要知道，英文中“管教”（discipline）一词和“教育、训练”（disciple）是同一个词根，因此管教并不意味着惩罚，而是与教导有关。“管教”孩子的意思是教导孩子如何处事。奖励孩子的用功，表扬孩子勤奋刻苦、有责任心，这种管教方法不仅有助于孩子学习阅读，也能塑造品格，让他长大成年后有更美满的生活。不要忘记，孩子小时候接受的模式也会影响今后他们为人父母时的行为举止，由此影响到再下一代孩子的人生。

---

日复一日练习阅读需要孩子有相当的自制力，因此家长要重视对孩子的付出给予奖励，如表扬孩子有责任心、勤奋、努力、长大了等。

---

## 创造一个阅读小窝

让孩子练习阅读的时候，家长不要把孩子赶回自己的房间，而要让孩子在家中找一处自己喜欢的地方，将它命名为“阅读小窝”。并且，家长可以在“阅读小窝”里放上五颜六色的枕头或松软舒适的毯子，让孩子可以一边依偎着枕头或毯子一边练习。如果孩子想有人陪在身边，就可以带上毯子和枕头，和家长待在一处，比如弟弟的房间、书桌旁边、客厅沙发，甚至餐桌下面都可以是孩子的“移动小窝”。

最近一个朋友告诉我，许多年前她第一次到我家吃饭的时候，觉得餐厅的桌子下面有一团暖暖的东西，以为是小狗或小猫。她弯下身子想

拍一拍，才发现是我的儿子裹着一个毛茸茸的毯子在餐桌下，我们在吃饭，他在读书。我的儿子们很喜欢在练习阅读的时候头上有轻微的谈话声，他们说这会让他们觉得练习更有趣，觉得不那么孤单。这些额外的练习时间最终帮助他们培养出了良好的阅读力。

## 灵活的练习时间

老师通常建议孩子每天晚上在家练习30分钟，不过这个数字没那么重要。当然，练习越多进步越大，但如果家长对练习时间的要求过于死板严苛，孩子就会感觉被束缚，产生逆反心理，这不利于培养孩子的阅读热情。学习阅读不是短跑，而更像是马拉松。比赛才刚开始就已热情不再，家长应该都不希望这种情况发生。孩子需要数年时间才能达到无障碍阅读，一两次的练习并不会对最终结果造成重要影响。生活瞬息万变，孩子也是，练习时间的长度和频率可以调整，以适应孩子的精力、日程安排和心情。

家长可以买一个厨房计时器或小闹钟，作为“阅读专用小闹钟”，在孩子坐下练习的时候，鼓励孩子设置10分钟、20分钟，或者更长时间，时长全凭孩子自己决定。如果孩子读完10分钟，计时器响了，家长可以鼓励孩子再设置5分钟或10分钟。如果孩子一口气读了30分钟，家长要对孩子的刻苦用功提出表扬。如果孩子累了，没动力了，家长就让孩子停下来，等周末养精蓄锐再抽些时间阅读。孩子会非常感谢家长的爱和理解，以后读书时也会一直联想到家长充满爱和耐心的态度。

---

生活瞬息万变，孩子也是，练习时间的长度和频率可以调整，以适应孩子的精力、日程安排和心情。

---

## 着装是成功的一半

不知道其他人是不是也如我这般，穿上运动鞋和运动裤的时候，比穿着正装和考究的鞋子时，更有运动的欲望。穿上运动服，让我有了运动的心情，这心情驱使着我去健身房或者去跑步。

同样，家长也可以鼓励孩子穿上专门的服装，以进入练习阅读的状态。任何让孩子感觉到愉快的衣服鞋帽都可以，比如万圣节留下的服装、二手市场上买的破旧的燕尾服、孩子最喜欢的棒球帽或宴会鞋、心爱的T恤等。一旦换上特殊的阅读行头，大脑就更容易切换到练习模式。

## 在家中各处放置阅读材料

在家里各处放上吸引人的书，漫画、带插画的小说、儿童杂志、笑话集、绘本，以及关于电影明星、动物、体育明星的书。家长可以在厨房里放一些有意思的读物，这样孩子就会养成去找东西吃的时候顺便看书或杂志的习惯。家长还可以在浴室里放一个杂志筐，并经常更新。

我的孩子们现在已经是成年人了，但是每当他们来家里看我，去厨房找零食吃的时候，还是会随手翻翻我特意放在厨房里的书。厨房的书架上现在有一本马克·吐温的短篇小说集，一本关于大脑研究的书，一本精美的希腊神话小画册，两本杂志，一本侦探小说，以及一些适合儿童阅读的布书（这是为来家里玩的小朋友准备的）。在家中，尤其厨房里，摆放一些美味的阅读小零食，这样各个年龄段的孩子都会被吸引过来，体验到阅读的乐趣。

## 本章小结

### 要点回顾

● 学习阅读是阶段性的过程，每一个新阶段都建立在上一个阶段学习的技巧之上。孩子要想掌握新技巧，进入下个阅读阶段，唯一的方法就是每天在家练习。

● 对于孩子而言，初学阅读的时期是至关重要的：孩子在小学毕业之际，若是能掌握娴熟的阅读技巧并且热爱阅读，就会将自己视为聪明的孩子，拥有优异的学习成绩，日后在个人生活和职业道路方面也会拥有更多的选择机会。但是如果一直无法熟练地阅读，孩子的自尊心就会受到打击，成绩要么很差要么中等，他在以后的人生中的选择机会也会越来越少，他的整个人生不免会滑向一个完全相反的方向。阅读是一个安静的过程，此时的孩子内心可能十分脆弱，需要家长爱的支持，家长认识到这一点很重要。

● 家长的目标是尽可能地帮助孩子轻松度过学习阅读的初始阶段，帮助孩子掌握足够的技能，让他们在阅读中发现乐趣。一旦这个目标达成，孩子就会养成休闲阅读的习惯。

● 研究表明，不管哪种性格的孩子，只要在学校接受足够的指导，在家里得到足够的支持和鼓励，都会热爱阅读。如果家长对孩子有信心，孩子也会有自信。

● 家长如果继续为上小学的孩子朗读，就会增加孩子对书本的热爱、对学习的兴趣，并且令孩子愿意下功夫提高阅读能力。

● 孩子认字以后继续给孩子读书并不是溺爱娇纵，而是加深他阅

读的乐趣，扩展他的词汇量，增加他对世界的认识，这些都有助于培养孩子的阅读力。

● 引导式重复性朗读效果显著，因为孩子看一个单词需要三到四遍，才能轻松做到立刻反应出词义。同样的句子重复朗读几遍，孩子就有机会熟悉单词，并且迅速读懂它的意思。

● 紧张是孩子最大的敌人。初学阅读的孩子可能对在书页间“飞翔”感到紧张不安。家长可以在孩子练习的时候陪伴在他身边，帮助孩子建立信心，缓解紧张。家长只要在孩子身边，即便注意力不在孩子身上，对正在辛苦练习的孩子也是一种慰藉。

● 练习阅读需要孩子有相当的自制力，因此家长要重视奖励孩子的付出。

● 如果家长对练习时间的要求过于死板严苛，孩子就会感觉被束缚，产生逆反心理，家长们应该都不希望孩子的热情耗尽。调整练习时间的长度和频率，以适应孩子的精力、日程安排和心情。

● 在家中随处放置一些有趣的读物，这样各个年龄段的孩子都会被吸引过来，体验到阅读的乐趣。

## 行动建议

▶ 为孩子加油鼓劲，激发孩子的阅读热情（用鼓励代替唠叨）。

▶ 为孩子练习阅读营造令人舒服的氛围。

▶ 在孩子上小学的头几年继续为孩子朗读。

▶ 让孩子大声读书给家长听。

▶ 对孩子练习阅读给予奖励。

▶ 在家里舒适的地方为孩子创造一个“阅读小窝”。

▶ 在孩子读书的时候陪在他身边。

▶ 对练习阅读时间的要求不必过于死板严苛。

▶ 用计时器作为阅读专用闹钟，让孩子设置10分钟、20分钟，或者更长时间。计时器响了之后，鼓励孩子再设置5分钟或10分钟。

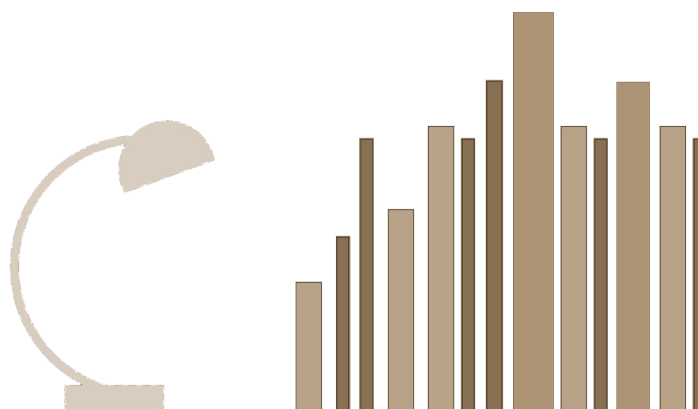
▶ 让孩子设计一套特别的阅读服装。

▶ 在家里各处放置吸引人的读物。

---

1. 《小飞象》是一部迪士尼动画电影，其中的主人公是一只名叫丹波的小象。——编者注

# 第七章
# 步骤四（补充）：怎样帮助在阅读方面有困难的孩子



阅读问题会带来无尽的痛苦，而作为家长的你是唯一能帮助孩子的人。

家长是孩子最重要的支持者，最强大的保护者，最好的啦啦队队长。家长对自己孩子的了解，无人能超越；家长是孩子情感宣泄的对象，无人能取代；家长帮助孩子免于痛苦、羞辱、沮丧，无人可比肩。家长的支持能使孩子走出低落的自我认知，变得积极向上，成为无论在校内还是校外都有价值的人。

我自己十分热衷于这种积极主动的教育方式，这与我本身是一名英语老师和有失读症的孩子的母亲有关。在我教授辅导班的时候，学生中有成年人。他们告诉我，因为他们低年级时在阅读上遇到的挫折，上学变成了一段糟糕的经历，他们觉得自己很失败，这导致他们的人生渐渐偏离跑道。我的两个孩子也受困于阅读，因此我更加明白，阅读方面的困难会给孩子带来深远影响，这影响有时甚至是毁灭性的。

识字读书是学校教孩子的第一门功课，孩子们会把学习的好坏和学习速度的快慢当作衡量自己是“聪明”还是“笨”的依据。大多数老师在课堂上会保护孩子免于尴尬，无论组员阅读水平如何，每个小组都会得到一个积极正面的名字，如星星组、种子选手组、优胜组。但是孩子们都很聪明，很清楚地知道自己在同学中所处的位置。如果他们在阅读方面存在问题，他们心目中自己的形象就会受到损害，这会引发各种情感上、社交上和学习上的问题，甚至可能改变他们一生的轨迹。

# 阅读困难的缘由

读写方面的问题是由许多不同的因素引起的：听力障碍、发育不成熟、在婴儿期和学步期接触语言不足、情绪紊乱、课堂教学没有成效、不适当的阅读计划、失读症（这与孩子先天的大脑连接有关）等。好消息是，所有的阅读问题都可以得到纠正，问题发现得越早，就越容易解决。

请注意，学习阅读的生理预备期跨度很大。一些孩子4岁就能识字阅读，一些要到7岁或更大的年龄。因此，家长不应轻易决定是否对孩子目前的状态采取措施。一方面，过早地迫使孩子学习阅读，不但不能预防阅读方面的问题，而且很可能反而会导致问题的出现。另一方面，如果放任不管，只寄希望于“等孩子长大一些就好了”，孩子的问题就会更加难以解决。

但有一点可以肯定，家长如果注意到孩子在学习说话和读书方面有困难，就要向老师或阅读专家请教咨询。阅读问题不会自行消失，如果被忽视，一点儿很小的毛病都可能如滚雪球一般变成更大更复杂的问题。孩子会因这些问题感到沮丧和丢脸，而这原本是可以避免的。借用阿瑟·米勒的剧本《推销员之死》里面一句著名的台词来说就是：“一件

很可怕的事情正发生在他身上……留心，一定要留心……”

## 失读症

20世纪80年代中期，专家们仅能对失读症产生的原因做出推测。但随着新的科学诊断技术的出现，神经系统科学家了解到，有些孩子先天带有某种会使语言处理变得困难的大脑连接。阅读困难程度最高的病症被称为失读症，也叫阅读障碍。

失读症与智力无关。事实上，失读症患者往往会在其他某些方面更聪明、更有创意（如达・芬奇、亚历山大・格拉汉姆・贝尔和托马斯・爱迪生就是历史上患有失读症的名人）。失读症患者通常善于从多个角度观察一个地方或场景，在不需要语言技能的领域往往有卓越的表现，如美术、计算机科学、木工、建筑、数学、体育和音乐。

失读症的早期症状一般表现为患者在以下方面出现困难：学习说话、学习字母的发音、识记字母表的顺序、记忆经常听到的歌曲的歌词、记忆事实、拼读单词、学习外语、拼写等。失读症会遗传，如果父母本身或家族中其他成员有阅读困难，父母就要密切注意孩子的发展情况，但是也不要过度臆想，认为孩子写不对字母表就是患了失读症。很多人认为，失读症就是分辨不清b和d，其实并不是所有的失读症患者都是如此，他们中有些人完全不会把字母写反。很多孩子刚开始学写字时会把字母写反，这也并不代表他们都有失读症。

不管孩子阅读困难的原因是什么，第六章里提到的所有建议都会很有帮助（如果你还没读那一章，现在不妨读一下，然后就会明白为什么家长的支持十分重要）。如果孩子在阅读方面有困难，家长需要从三个方面给予他额外支持：

1. 确保老师在阅读教学方面有见地，使用的教材设计精巧、有系统性，且经过科学认证。

2. 尽早向受过专业训练的阅读专家咨询。

3. 最大限度地增强孩子的自信，尽量减少孩子的焦虑和窘迫感。

阅读问题对人们来说并非终身无法改变。研究表明，人脑会随着经验的增加而变化，周遭环境会影响遗传基因的显现方式。实际上，表观遗传学（epigenetics）里有个新领域就是起源于这一观念。

# 在学校为孩子发声

如果家长怀疑学步期的孩子出现了语言问题，就要与幼儿园的老师交流，询问老师的意见，并尽快解决孩子的问题。

如果发现上小学的孩子在阅读方面有困难，家长可以和任课老师以及学校的阅读专家分享自己的担忧。但交流的时候，家长不要用指责、质疑的口吻，而要表达清楚希望和学校合作解决孩子阅读问题，以免孩子的自尊心受到打击的愿望。

有技巧地向老师询问他们使用的阅读计划是否科学、已经被证明有效。一些学区非常落后，还在使用不合适的阅读计划。另外，没有放之四海而皆准的蓝图，即便是出色的阅读计划也可能不适合自己的孩子。事实上，对大多数孩子来说，不管老师使用哪种阅读计划都能令他们打下良好的基础。但是对于有失读症的孩子来说，如果老师使用的阅读计划没有效果或不合适，就会给他们带来严重后果。研究表明，很多从低年级时起就成绩落后的孩子，在整个学龄期都会是阅读方面的差生。

家长应有技巧地了解老师在教授阅读方面的知识和经验，弄清楚老师打算如何解决孩子的问题。一些老师并未受过良好的训练，不了解阅

读领域的最新发现和突破，这便意味着孩子接受的阅读指导还不充分。

家长可以提醒老师，孩子在哪些方面比较敏感，请老师尽力帮助孩子缓解课堂上的窘迫，探索一些方法帮助孩子从容面对阅读上的困难，让他们能够在学校更加努力学习。例如，老师也许会愿意给孩子多一些时间完成课堂测验、课堂写作任务，允许孩子在电脑上考试，调整或减少家庭作业。

如果老师没有任何回应，或者家长对老师解决问题的能力缺乏信心，家长可以与学校管理人员预约会面，邀请他们介入。从法律角度来说，学校有义务帮助家长。美国的《残疾人教育法》（IDEA，2004）、《康复法》（1973）第504节、《美国残疾人法》（ADA）均规定了患有失读症或其他特殊学习障碍的学生的权利。有阅读问题的儿童在法律上有权获得帮助他们克服障碍的特殊服务。

如果家长对学校的老师和阅读专业人士没有信心，可以在社区寻找一位受过专业训练的阅读专家，可以向其他家长寻求建议，也可以从国际失读症协会（International Dyslexia Association）获得一份所在区域的专家名单。国际失读症协会是一个非营利组织，致力于帮助失读症患者，为他们所在的家庭和社区提供便利。

# 减轻焦虑，建立信心

阅读是带有很大的情感成分的活动，焦虑感是孩子学习阅读最大的敌人。阅读焦虑会产生慢性压力，可能会损害孩子辨别轻重缓急的能力，引发注意力方面的问题，影响孩子的短时和长时记忆。如果孩子一打开书本就不知所措，阅读就会变得更困难。孩子越放松，大脑运转越高效，孩子就越容易理解词义。因此在孩子练习的时候，家长要陪在他

身边，做“小飞象丹波的羽毛”，给孩子言语上的鼓励，让孩子不气馁，建议孩子不时休息一下，这样他的大脑就不会超负荷运转。

重要的是，要让孩子知道自己没什么问题，而且聪明能干。如果孩子有失读症，家长可以向他解释清楚这是遗传性的，失读症虽然使他学习阅读变得困难，但是也让他在其他方面有一定的优势。连年幼的孩子都明白，每个人都有自己擅长学习的方面。

如果孩子在某项阅读或写作作业上花费了很多时间却还是没有完成，家长可以帮孩子读完剩下的材料，或者告诉孩子不用再写了，让他放松休息一下。然后家长再给老师写一张纸条解释情况，并询问能否晚一天或下一周再交作业。没有一项作业比孩子更重要，家长要确保孩子不会疲惫不堪。

## 表达对孩子的信心

家长需要反复告诉孩子，相信以孩子的聪明智慧，一定可以学会阅读，并且一旦学会阅读就一定会爱上阅读。研究表明，所有的孩子都可以很好地掌握阅读技能。这听上去很老套，但孩子若是知道家长有信心，便也会对自己有信心。

## 对阅读的学习没有明确的时间表

提醒孩子，没有人会一辈子戴着小红花告诉大家自己是几岁学会阅读的。因此什么时候学会并不重要，重要的是熟练阅读、享受阅读。

## 强调积极的一面

不断提醒孩子，虽然他不能像同学或其他兄弟姐妹一样熟练阅读，但是他有其他擅长的方面，比如孩子可能是优秀的篮球运动员、天才漫画家、天才体操运动员，或者他可能幽默健谈。和地球上的其他人一样，患有失读症的孩子也有一些方面是其他人比不上的，人人都是如此。向孩子保证，他在阅读方面一定会追赶上别人，而前方还会有新的生活挑战。

## 保护孩子免于尴尬

孩子可能会感觉很丢脸，因为自己只能读初级读物，而朋友们都开始读更复杂的阅读材料了。在孩子去朋友家过夜或去露营的时候，家长可以鼓励孩子带上一些很酷的书，比如漫画、带插图的小说、搞笑绘本，或者《幽默杂志》（*Mad Magazine*）。这样既可以帮助孩子免于尴尬，也可以保护孩子的自尊心，让他在社交环境中也足够自信。

## 确保老师使用适合孩子的教学方式

孩子的学习风格各有不同。视觉型学习者擅长通过观察来学习，听觉型学习者擅长用听的方式，动觉型学习者擅长用动手和感觉的方式。家长应确保教孩子学习的专业人员使用的是适合孩子的教学方式。如果孩子没有任何进步，家长可能就需要请老师尝试不同的方法，或者换一个老师。

## 引导式重复性朗读大有裨益

成为优秀阅读者的关键是拥有快速识别单词和明白词义的能力。虽

然一些孩子看过一个单词三四遍就会读了，但有的孩子可能需要看很多遍，才能毫不费力地反应出单词的意思。

我在第六章里详细讨论过引导式重复性朗读，它对培养阅读能力非常有帮助。家长应尽量多抽时间，听孩子大声朗读一首短诗或一个段落，并为孩子纠正错误。如果孩子总是看错行，家长可以给孩子一把尺子或一张索引卡，用来放在他正在阅读的那行内容的下方，这样孩子的眼睛就能跟上节奏。

在我的一个患有失读症的孩子刚开始学习拼读单词时，有一次我坐在他旁边，帮他纠正单词“the”（这，那）的发音。他反复读错，我开始意识到他的大脑可能无法将“the”与它对应的发音相联系。但是通过不断练习，孩子最终可以快速地认出这个单词，阅读这件事对他来说也变得更加容易。

## 鼓励孩子听故事和有声书

在让患有失读症的孩子保持对阅读的热爱，增加功能性的大脑连接，扩大词汇量方面，为孩子朗读是一个很好的方法。如果家长没有时间为孩子读书，可以鼓励孩子用光盘听故事。孩子听到的词汇越多，大脑处理的单词就越多，学习阅读也就越容易。

在公共图书馆或当地书店里可以找到有声书，家长也可以通过在线渠道租借，或者用“听友”网站（http://www.learningally.org）在线播放。“听友”的前身为“为盲人和诵读困难者录音”，是一个全国性的非营利组织，它为那些因视觉障碍、身体障碍、知觉障碍而难以阅读的人提供各种书籍和其他读物的音频材料。

## 玩“给书加料”的游戏

如果孩子读的书比较无聊或者是他已经读过很多遍的书，我建议家长和孩子一起玩“给书加料”的游戏，改变书里的一些单词。不过要谨记，只能在自己的书上写写画画，千万不要损坏图书馆的书和课本。这个游戏可以让孩子感受到自我表达的乐趣，令他开开心心地表达创意。

我发明这个游戏是在一个晚上，我9岁的患有失读症的孩子那天晚上格外灰心丧气。他的伙伴们大多已经开始读分章节的故事书了，而他还在艰难地读一些启蒙类读物，它们的情节太简单，以至于他很容易就能猜到下面的进展，这令他心烦。为了使他振奋精神，我提议我们一起给他读的那本无聊的书“加点儿料”，在每一页改换一些关键词。

改写故事对儿童来说是一个很好的发挥想象力的机会。他们喜欢的文学人物是什么样子的？是《爱丽丝梦游仙境》里对姐姐感到厌烦、跟着白兔钻进了兔子洞的爱丽丝？是《汤姆·索亚历险记》里淘气的哈克贝利·费恩和汤姆·索亚？是顽皮的不听妈妈的劝告跑进麦格雷戈先生的花园的彼得兔？是特别淘气不愿长大的彼得·潘？鼓励孩子玩这种文字游戏，给孩子一个释放压力的机会，让他们在练习各种识字技巧的过程中也能开心地玩。

游戏开始时，我会从第一个句子里划掉一些无聊的单词，换成有意思的，然后让儿子改下一句。我们轮流表达自己的想法，直到改完整本书，不过儿子是“总编辑”，有最后的话语权。以下是一篇示例，前面是原始版本，后面是我们的“改写”版本。

原始版本：

夏洛特是一个举止得体的小女孩。晚上，她睡在自己的床上，不会吵醒她的父母。早上，她刷牙、梳头发、穿好衣服，还会清洁

她的玩具。然后，她下楼去，和妈妈、爸爸、弟弟大卫一起吃早餐。

我们的“改写”版本：

夏洛特是一个淘气鬼。晚上，她睡在地板上，喜欢把她的父母吵醒。早上，她从不刷牙，从不梳理她绿色的头发，也不会穿好衣服或清洁她的玩具。每次她下楼时，都会去对妈妈、爸爸、弟弟大卫说：“哈！”她用这种方式吓唬他们。

等我们改完这本书，儿子已经乐不可支，从沙发上滚到地板上了。经过第一次的尝试，我们每隔一段时间就会给家里那些乏味的儿童读物做一次“改写”，而这也成了我们最喜欢的游戏。不过第一本“改写”的书仍是他的最爱。25年过去了，现在我家的书架上还放着一些我们“改写”过的书。

# 养育患有失读症的孩子的亲身经历

第一个儿子出生的时候，我和丈夫对婴儿的了解是如此之少，以至于我很惊讶医院竟然允许我们把孩子带回家。但是有一件事我很明确：我不会让儿子像我之前的学生那样被阅读问题困扰。因此我格外重视儿子的语言发展。就像我在第三章里提到的，一小时接一小时地和儿子待在一起，我觉得有点儿无聊，因此在儿子出生不久之后，我就开始不停地和儿子聊天。其实这主要是为了娱乐自己，不过我也模糊地意识到这样可以帮助他使用语言。我的大儿子最终成了一个冷静沉着的孩子，像饥渴的海绵遇到水一样浸泡在文字里。在他上一年级以后，基础的阅读学习对他来说没有任何困难。

至此，一切都很好。

我的第二个儿子是在大儿子4岁半的时候出生的，打从一开始，二儿子的情况就不太一样。他活泼健壮，容易发脾气，对儿歌和童谣几乎没有兴趣，不像他哥哥那样一两岁就能背出或唱出许多歌词。而且，虽然他很聪明、可爱、爱说话，但对于我挂在房间里的印有五颜六色的字母和单词的海报，他一点儿都不在意。到了上一年级的时候，他没法背出完整的字母表，虽然我们一起背诵过很多遍，但他还是觉得这很困难。

不仅如此，二儿子似乎在理解口头语言方面也有问题。例如，我让他做几件家务活——把喝水的杯子放到水池里、关上大门、递给我一把剪刀，他只能完成一两件事，然后坚持说我没有提出其他要求。有几次，他放学之后哭着回到家，因为老师批评他上课没有听讲。我带他去检查听力，医生说他的耳朵没有任何问题。看起来，这问题和他的阅读困难有关。

我不明白，为什么二儿子那么聪明，却难以识字读书。在那个年代，即便是教授阅读的老师对失读症也不太了解，因为关于阅读的研究仍在萌芽阶段，广为流传的是各种奇奇怪怪的理论。我觉得应该是出于某种生理原因，儿子的大脑无法记忆看到、听到的词语和声音。由于学校有课业上的要求，我很担心儿子的阅读问题会伤害他的自尊心，影响他完成课业。但是我有一个预感：若是儿子不为阅读这件事感到焦虑，在学校接受有效的指导，在家里得到足够的支持，他的大脑就会随着时间的推移变得更加成熟，他最终一定可以学会阅读。

那么，我在家里给了孩子怎样的支持呢？我的方法既不深奥也不费时，那基本上是我对第一个儿子使用的方法——把文字的使用作为娱乐方式穿插在日常生活中。我还尽可能和老师保持联系，确保孩子在课堂上的需要都得到满足，并关注他在阅读上的进展。我努力保护他的自尊心，降低他的焦虑感，不断告诉他，他一定能学会阅读。我也尽可能地

经常读书给他听，鼓励他听录音带，让他用这种方式不断感受书中的乐趣。我们一起走在街上或者坐在咖啡店里的时候，会玩简单的文字游戏。我通过这些游戏让儿子熟悉字母，并且将文字与乐趣联系在一起。我会尽量降低阅读练习的难度，用夸奖、拥抱和小礼物奖励他的努力。我均衡安排儿子在体育锻炼、自由活动，以及使用电子产品上的时间，让他不至于过分依赖电子产品。结果如何呢？在二儿子上六年级的时候，他在阅读方面已经达到了我预期的效果，而且总是在运动服的口袋里装一本小书，在小组训练的间隙阅读。

我的第三个儿子也是类似的情况，而且他比他的二哥花了更多时间才学会流畅阅读。在他快要读完七年级的时候，我知道他在阅读方面已经没什么问题了，因为他在为露营准备的行李箱里塞了一本尤利乌斯·恺撒的《高卢战记》。他解释说，因为在课堂上没读完这本书。

我分享这些故事是想说明，不管什么样的孩子都能学会阅读。虽然我的两个儿子患有失读症，但他们学会了阅读（而他们的一些同学却没能成为很好的阅读者），我想这其中的关键在于，我知道我的儿子可以学会流畅阅读，而且我一直尽力帮助他们，让这个过程变得容易一些。

如果你的孩子也有阅读方面的问题，你也可以为他们做上述这些事。




## 要点回顾

● 阅读问题会给孩子带来无尽的痛苦，而作为家长的你是唯一能帮助孩子的人。家长是孩子最重要的支持者，最强大的保护者，最好的

啦啦队队长。

● 如果孩子在阅读方面存在问题，他们心目中自己的形象就会受到损害，这会引发各种情感上、社交上和学习上的问题，甚至可能改变他们一生的轨迹。

● 读写方面的问题是由许多不同的因素引起的：听力障碍、发育不成熟、在婴儿期和学步期接触语言不足、情绪紊乱、课堂教学没有成效、不适当的阅读计划、失读症等。

● 所有的阅读问题都可以得到纠正，问题发现得越早，就越容易解决。

● 如果阅读问题被忽视，一点儿很小的毛病都可能如滚雪球一般变成更大更复杂的问题。孩子会因此感到沮丧和丢脸，而这原本是可以避免的。

● 阅读困难程度最高的病症被称为失读症，也叫阅读障碍。失读症的早期症状一般表现为患者在以下方面出现困难：学习说话、学习字母的发音、识记字母表的顺序、记忆经常听到的歌曲的歌词、记忆事实、拼读单词、学习外语、拼写等。

● 阅读问题并非终身无法改变，但如果不加以解决，就会变成影响一生的问题。

● 从法律角度来说，学校有义务帮助家长。《残疾人教育法》（IDEA，2004）、《康复法》（1973）第504节、《美国残疾人法》（ADA）均规定了患有失读症或其他特殊学习障碍的学生的权利。有阅读问题的儿童在法律上有权获得帮助他们克服障碍的特殊服务。

● 阅读是带有很大的情感成分的活动，焦虑感是孩子学习阅读最大的敌人。阅读焦虑会产生慢性压力，可能会损害孩子辨别轻重缓急的

能力，引发注意力方面的问题，影响孩子的短时和长时记忆。

● 没有一项作业比孩子更重要，家长要确保孩子不会疲惫不堪。如果阅读和写作变成一种折磨，孩子就会停止努力，最后感觉自己很失败，并承担严重的后果。

● 第六章里提到的引导式重复性朗读，对患有失读症的孩子大有裨益。

## 行动建议

▶ 如果怀疑孩子有语言方面的问题，家长应尽早和老师交流，征求老师的意见，帮助孩子改正。

▶ 如果孩子在学校里出现阅读困难，家长可以与任课老师和学校的阅读专家分享自己的担忧，询问老师使用的教学计划是否科学、已经被证明行之有效。

▶ 提醒老师孩子在哪些方面比较敏感，请老师尽量帮助孩子缓解课堂上的窘迫。

▶ 如果老师没有任何回应，或者家长对老师解决问题的能力缺乏信心，家长可以与学校管理人员预约会面，邀请他们介入。学校有义务帮助家长。

▶ 如果家长对学校的老师和阅读专业人士没有信心，可以在社区寻找一位受过专业训练的阅读专家，请他评估孩子的状况，并设计解决方法。

▶ 给孩子言语上的鼓励，让孩子不气馁，建议孩子不时休息一下，这样他的大脑就不会超负荷运转。

▶ 让孩子知道自己没什么问题，而且聪明能干。

▶ 提醒孩子，什么时候学会阅读并不重要，重要的是熟练阅读、享受阅读。

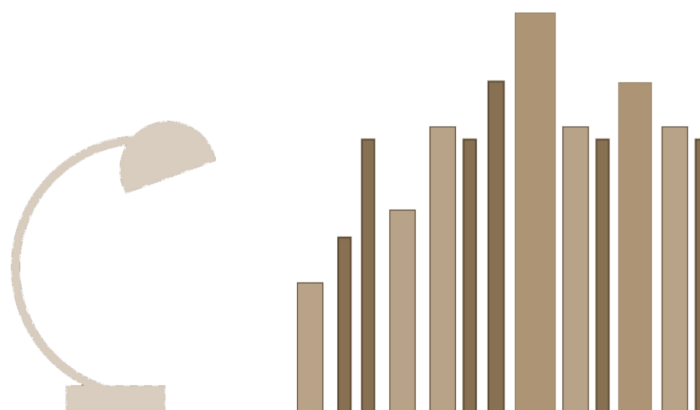
▶ 在孩子去朋友家过夜或去露营的时候，家长可以鼓励孩子带上一些很酷的书，比如漫画、带插图的小说、搞笑绘本，或者《幽默杂志》。这样既可以帮助孩子免于尴尬，也可以保护孩子的自尊心，让他在社交环境中也足够自信。

▶ 尽量多抽出时间，听孩子大声朗读一首短诗或一个段落，并为孩子纠正错误。如果孩子总是看错行，家长可以给孩子一把尺子或一张索引卡，用来放在他正在阅读的那行内容的下方，这样眼睛就能跟上节奏。

▶ 为孩子朗读一些有趣的、吸引人的阅读材料，让孩子用光盘听自己喜欢的故事。

▶ 玩“给书加料”的游戏，给一本无聊的故事书改换些词语，让故事更有趣。

# 第八章
# 步骤五：电子产品的使用应适度



谈到电子产品，人们往往认为它们是能够吞噬孩子对阅读的兴趣的洪水猛兽。数千年来，抨击“技术”的声音始终不绝于耳。古希腊哲学家苏格拉底曾抱怨说，写作（在他所处的时代，这是一项“新技术”）终会“制造健忘”，即摧毁记忆，影响心智。

然而，我们需要明白，数字技术并非培养孩子阅读力的障碍。虽然我们不得不承认，科技产品是家长和老师面临的一大挑战，但再吸引人、再炫酷、再先进的电子产品也只是机器而已，和所有机器一样，电子产品可好可坏，全看使用者如何使用。

已经存在了很长时间的机器，如吹风机、洗衣机、电钻等，只要被正确地使用，就能带来益处。反之，对它们的滥用或误用会造成损害，甚至可能致命。

这个道理同样适用于诸如电视、电脑、手机、平板电脑等较新的发明。如果孩子能对这些电子产品善加利用，那它们就会给孩子带来益

处；如果孩子滥用或误用这些电子产品，它们就会带来消极的后果，造成严重的学业、情感甚至健康方面的问题。

因此，家长的目标是帮助孩子恰当地使用电子产品，不被伤害，从中受益。具体该怎么做呢？要使孩子日常生活中的娱乐活动保持适度，孩子每一天的活动应当包括：

- 体育锻炼。
- 与现实世界里真实的人玩耍，或接触实物。
- 玩电子产品。

孩子玩电子产品的同时，如果也将足够的时间用于体育锻炼、人际交往、阅读书籍、户外玩耍，那么电子产品就会带来积极正面的影响。但是，如果坐着盯着屏幕是孩子唯一的娱乐方式，孩子的发展就将受到抑制。与面对生活中其他诱惑的处理方法一样，善用电子产品的关键在于适度。

# 如何均衡安排孩子的娱乐方式

培养孩子良好的娱乐习惯和培养均衡的饮食习惯一样，方法并不难。下面让我们来看一看，家长们在培养孩子饮食习惯时的普遍做法。

孩子都喜欢吃零食、糖果、薯条和快餐。但是如果吃太多不健康的食物，孩子就会抵抗力不足，因此家长会制定一些策略，防止孩子过度食用这类食品。

家长会先学习一些营养知识，了解哪些食物是对孩子有益的，哪些

相反。在此基础上，家长会灵活规定孩子每天能吃的和不能吃的东西，并要求家中其他大人也遵守此规则。然后，家长会限制家中垃圾食品的数量，多储备一些新鲜水果、蔬菜和健康的零食。时间允许的情况下，家长还会亲自准备营养小吃和营养餐，并且以身作则，示范合理饮食。

这样的模式也并非十全十美。

首先，家长不能时刻在孩子身边，因此无法一直监督孩子吃哪些东西，家长也没有太多时间准备营养小吃和营养餐。其次，垃圾食品总是会出现在派对、周末、特殊场合、假期、电影院等等，家长不能也不会总想阻止孩子吃垃圾食品。再次，家长无法一直树立完美的榜样，因为有时候连自己也会在垃圾食品上放纵。

虽然有困难也有不足，但家长并未放弃在孩子健康上的努力。不会有家长宣称“让孩子吃健康食物是不可能的，健康食物根本比不过垃圾食品”，也不会有人就此关闭厨房，在孩子房间放一箱糖果和一台汽水机，让孩子想吃就吃想喝就喝。为什么？因为家长很坚定，一定要让孩子安全、健康、强壮。

面对孩子对电子产品的“偏食”也是如此。适度使用电子产品对孩子有好处，但如果孩子过分沉溺其中，就会给自己的身体、智力、学习和社交等各方面带来损害，让未来的路变得狭窄。

# 电子产品的利弊

电子产品的更迭速度如此之快，以至于并未给专家们留出足够的时间，来研究这些层出不穷的电子产品将给孩子留下怎样的长期影响。但我想简述一些目前已知的科技产品的利弊，供读者参考。

# 电视

**积极面：**

电视可以给孩子带来休闲娱乐。

《芝麻街》等教育类节目和自然类节目，可以增加年幼孩子的词汇量和拓宽他们的知识面。

**消极面：**

研究表明，看电视时间过长会导致孩子注意力和学习方面的问题，使孩子在课堂上的学习更加困难。看太久电视会减少大脑某些区域受到的刺激，这些区域对语言能力、阅读能力和分析性思维的发展起着至关重要的作用。此外，看太久电视还会削弱大脑两个半球之间的连接，影响大脑中负责调节注意力、记忆力、组织力和积极性的相关区域的发展。

研究人员还发现，孩子体重增加也与看电视有关，这或许是因为看电视的孩子比其他人锻炼得少、吃零食吃得多。随着看电视时间的增加，儿童的体脂肪率[注]也会上升。

电视让孩子暴露在充斥着广告的环境中，让他们成为广告推销的目标。玩具和垃圾食品的制造商依靠所谓的“儿童消费力”推销产品，也就是让孩子缠着家长花钱。这些广告使孩子们相信，他们需要拥有某些产品才能变酷，才会开心，才会受欢迎。在此种情况下，孩子的自尊心和家长的钱包都会受到影响。

还有一些研究人员认为，经常观看有暴力内容的节目会让孩子渐渐习惯暴力，从而减弱他们对他人痛苦遭遇的同情心。

# 计算机

**积极面：**

孩子们都喜欢玩计算机。

计算机技能是在当今社会获得成功的必备技能之一。美国劳工统计局（Bureau of Labor Statistics）2000年的就业预测显示，在前十个发展最快的行业中，有八个与计算机有关，包括计算机软件工程、数据库管理、电脑排版等，在这些行业立足都需要计算机技能。

计算机的使用也打破了学校的藩篱。学校是传统的学习场所，现在通过计算机，世界上的任何角落都可以成为教室，孩子可以随时随地学习。

计算机可以提高孩子在艺术、数学、演绎推理和解决问题方面的能力。

计算机提供了大量的信息和许多不同的观点。

有些孩子更喜欢在电脑上阅读，因为在电脑上阅读可以调整字体的大小和样式。

社交媒体可以让孩子建立起广泛的社交圈。

**消极面：**

一些心理学家和学习方面的专家认为，在网上浏览短文、在博客和社交媒体上刷帖，这种阅读习惯会降低儿童集中注意力的能力，令他们无法集中注意力阅读长篇、复杂的材料。

儿童在浏览网络信息时，几乎不会查证这些网络作者的专业背景，

也不会搜索同一主题的其他文章，因此很容易被错误或虚假的信息误导。

年幼的孩子在网络上极易受到商业推销的影响，因为他们往往无法区分广告和事实性信息。

儿童在网络上还会接触到不合适的信息，比如性或暴力。

## 电子游戏

**积极面：**

电子游戏可以激发孩子的求知欲。

电子游戏帮助孩子了解符号是有意义的，在日益视觉化的社会中，这是一个重要的概念。

电子游戏允许孩子在无风险的环境中尝试扮演新的角色。

游戏中的努力会带来即时的回报。

在游戏中取得的成功可以帮孩子建立自尊心。

玩游戏可以加快孩子身体的物理反应速度，强化他的周边视觉（peripheral vision）。

设计巧妙的游戏可以帮助孩子发展批判性思维和解决问题的能力。

游戏能增强孩子的视觉空间思维（visual-spatial thinking），即在脑海中全方位观察物体的能力。

**消极面：**

孩子玩电子游戏的时间越多，用来写作业的时间就越少。

快节奏的电子游戏会缩短孩子注意力的持续时间，从而增加他在完成阅读等复杂任务时集中注意力的难度。

过度游戏会导致抑郁、肥胖，引发攻击性。

近期研究表明，过度游戏还会影响孩子的睡眠质量和记忆词汇的能力。

## 智能手机

**积极面：**

智能手机能让孩子与朋友保持联系，建立令他满意的社交圈。

智能手机给孩子在安全的距离范围内表达自己情感的机会。

**消极面：**

源源不断地涌来的信息会干扰孩子的注意力，影响他集中注意力完成长期项目的能力。多任务操作（multitasking）并不能让人们做事更加高效，反而会降低效率。

# 如何让孩子合理使用电子产品

## 购买前需三思

不要一听到某件产品在市场上畅销，就不假思索地买给孩子，也不要因为孩子的小伙伴们都有了，就买给他。买之前要想清楚：这件东西是会给孩子带来益处，还是会带来更多的干扰？这件东西是否适合孩子所处的年龄段？此外，家长还应提前想好要把这件东西放在哪里，如果放在孩子的卧室或厨房，就会持续不断地带来诱惑。给家里购置电子产品就像购买糖果和薯条一样，宁缺毋滥。

## 储备物品，自由玩耍

在家里储备纸、蜡笔、记号笔、剪刀、胶水、旧杂志、地图、洋娃娃、毛绒玩具等，鼓励孩子自由玩耍。空纸箱可以当作积木；厨房用具如锅碗瓢盆、蔬菜脱水器、塑料量杯等，都可以拿给孩子玩；如果闹钟或收音机坏了，就可以让孩子拆开来看看里面的构造；把旧衣服专门放在一个箱子里，用作孩子玩过家家的道具服装。相比较虚拟的电子游戏，孩子在真实世界中与人、事、物打交道的时间越多，大脑连接越多，孩子也会越聪明。自由玩耍不仅需要孩子运用大脑，而且需要他的肢体活动，这会让孩子的整个身体都成为学习的载体。

## 制定合理的电子产品使用规则

研究人员发现，父母给使用电子产品定下规矩，对孩子的行为有深刻影响。2010年，凯泽家庭基金会（Kaiser Family Foundation）发布报告称，美国儿童每天将7个半小时左右的时间用于使用电子产品，一旦家长制定了任何规则，儿童平均每日使用电子产品的时间就会减少3个小时。然而，不到三分之一的儿童称，父母并未对他们使用电子产品做出任何限制。

家长应告诉孩子限制他们使用电子产品的原因，避免让孩子觉得家

长很专制或不公平。我曾告诉孩子，如果他们盯着电视机屏幕太久，大脑会变成一团糨糊，最后会长出蘑菇来。

孩子可以帮助家长制定规则。孩子非常善于解决问题，而且如果双方协商一致，规则就会更容易被遵守。孩子可能会反对，但在某种程度上，他们也会感激家长的关心和爱护。

## 不让婴儿期或学步期的孩子看电视、用电脑

不要轻信各种打着“婴幼儿教育”旗号的电视节目和电脑课程。孩子学习说话、阅读、思考的最有效的方法是与他人互动，而非看电视，在键盘上按几个键，或是戳戳屏幕。

很多医生、心理学家、学习专家和脑部研究专家认为，过早让孩子接触电脑，会限制孩子的认知发展，对其健康和社交产生消极影响，甚至可能损害视力。科学家至今仍不了解快节奏的视觉影像、恐怖的声音和夸张的图片究竟会给婴儿期和学步期的孩子带来怎样的影响，但他们建议家长在对待年幼的孩子时应当小心谨慎。根据美国医学协会（American Medical Association）的建议，两岁以下的孩子应避免看电视，两岁以上的孩子看电视的时间应当被限制在每天两小时以内。

如果孩子被家长抱在腿上，一起坐在电视或电脑屏幕前，孩子盯着屏幕的时候，家长要不停地与孩子对话，鼓励孩子表达看到的内容。孩子在上学前听到、看到、使用的词汇越多，语言中枢的大脑连接就会越多，孩子学习识字阅读就越容易。

## 不在孩子的卧室里放置电视

在孩子卧室里放一台电视又不让他打开，就像放一台糖果贩卖机在那里却不让孩子吃太多糖果一样。这种诱惑太大了，孩子无法抵抗，最终会沉溺在电视节目之中。研究表明，卧室里有电视的孩子看电视的时间更长，阅读的时间更少，在数学、阅读和语言测试中分数更低，更有可能出现睡眠问题和行为问题，而且更容易过度肥胖和学会抽烟。

如果孩子年纪还小，那么家长应该把电视机放在家中公共的空间，这样父母或家中其他大人就可以监视孩子看电视的内容和时间长短。

如果孩子的卧室里已经有了一台电视，那家长就需要与孩子协商重新安置它。如果家长冲进孩子的房间硬生生地把电视移走，就可能会引发一场家庭战争。家长可以告诉孩子，刚刚得知卧室里放电视会带来伤害，需要移走，并请孩子帮忙想一个双方都可以接受的地方。

家长要给孩子时间接受上述这些理念。如果孩子保证遵守使用规则，家长可以把电视留在孩子的卧室，但是要说清楚，一旦孩子无法遵守规则，这个特权就结束了。家长可以安装一个过了一定时间就会自动关电视的监控设备，还可以用奖励的方式。也许得到了某种奖励，孩子就会同意把电视移走，比如家长同意孩子每天晚睡半小时，在私家车道上装一个篮球筐，带孩子去露营，买一辆新自行车，等等。你或许会觉得这像是在“贿赂”孩子，但我更愿意把这些当成是对孩子行为成熟、愿意合作的一种奖励。

## 不要一直开着电视

研究表明，三分之二的美国家庭在吃饭的时候一直开着电视，大约半数的美国家庭整天开着电视。这种行为太过普遍，以至于可能被认为无伤大雅，是现代生活的“正常”现象。但一直开着电视会对孩子的智力、社交、身体发育带来负面影响，阻碍家长为孩子安排均衡合理的娱

乐活动。

首先，吃饭的时候，如果厨房或客厅的电视一直开着，吃东西和看电视这两件事就被联系到了一起，这会让孩子在潜意识里认为，看电视是每日饮食的一部分。

电视会持续不断地用广告轰炸孩子，这些广告可不会把孩子的健康幸福放在心上。美国的儿童平均每年会接收超过4万条商业广告，且半数是汽水和垃圾食品的广告。孩子看电视、听电视的时间越短，被垃圾食品和潮流商品洗脑的机会就越少。

其次，让电视一直开着，就是允许电视扮演“隐形的父母”，不停地向孩子推销吃的、用的、穿的，并且教导孩子社交和道德上的行为举止。

最后，如果一直开着电视，它就会持续分散孩子的注意力，造成学者称之为“持续性部分关注”（continuous partial attention）的现象。这种现象会干扰孩子在单一活动上的注意力，阻碍大脑正常高效地运转。久而久之，孩子的学习能力和学习成绩也会受影响。

总之，孩子接触电视越少越好。

## 体育锻炼促进智力发育

神经学家最近发现，体育锻炼对人类大脑的影响之大甚至超过以往的发现。据称，体育锻炼会促进大脑组织转化为新的神经元，而通过锻炼产生的神经元对于学习的接受程度非常高。

如今，学校正不断缩减体育课和课间休息时间，以增加学生花在课业上的时间，因此家长需要积极鼓励孩子动起来。运动的形式不重要，

孩子可以参加学校组织的校队，可以在公园或家中后院随意奔跑，也可以去上体操课。孩子需要每天都有一些锻炼的时间。孩子的身体活动得越多，大脑发育就越充分，孩子也越聪明健康。

## 与孩子一起玩电子产品

一起玩电子产品是家长与孩子共同玩耍的好选择，这还可以促进孩子智力和社交能力的发展。家长应该重视与孩子一起看电视、打游戏的时间，与孩子一起讨论这个过程中的见闻和感受。家长可以向孩子请教某个新设备的使用方法，并且让孩子帮助自己练习使用。边玩边聊可以让孩子接触更多的词汇，激发孩子思考新的问题，让家长有机会与孩子交流自己的价值观（可能会与大众媒体宣传的价值观相悖），并且增进亲子关系。

## 有策略地在家中各处放置书籍和其他阅读材料

将各种令人愉悦的阅读材料放置在家中各处，如卧室、客厅、起居室、厨房、浴室等。如果家中到处都是漫画、笑话集、画册、杂志和小说，这就是在给孩子释放信息：阅读是一项娱乐活动，并非只有在学校才能读书。家长对阅读材料的内容不需要太挑剔，只要是孩子喜欢的就都可以。如果孩子喜欢漫画书，家长就多储备漫画；如果孩子喜欢一遍一遍地读同一本书，家长也顺其自然；如果孩子喜欢弟弟妹妹的绘本，也很好。孩子看书越多，阅读能力就越强。

## 保证孩子有休息和发呆的时间

家长要顶住压力，不要让孩子从早忙到晚，要鼓励孩子花些时间在房间里“无所事事”，或者躺在外面闲看云卷云舒。孩子需要一段时间远离电子产品，远离朋友，充电提神。

有趣的是，科学家在大脑中发现了一些特殊的区域，他们将其称为缺省网络，只有大脑其他区域都不活跃的时候（比如睡觉），这部分区域才会活跃起来。对于大脑忙碌时无法解决的一些难题，当这部分区域活跃时，人们反而可以想出办法。

每天有一定的安静休息的时间，可以让孩子的大脑吸收学习到的新内容，将信息从短时记忆转为长时记忆，想出创意性的点子和解决难题的办法。

## 以身作则

孩子会以家长为榜样，依葫芦画瓢。家长如果总是盯着电脑、每次上网持续几个小时，或者边吃饭边用手机聊天、发短信、查邮件，就不能指望孩子会有节制。如果家长能够合理地使用电脑，并适度参与其他活动如阅读、社交、锻炼，那么孩子也会养成相似的习惯。

## 安排“不插电”的假期，远离电子产品

安排一个小时、一天或者一个周末，家中所有成员都不使用电子产品的活动。这段时间应当用于进行“不插电”的活动或游戏，如棋牌游戏、绘画涂色、建造某个东西、做好吃的东西、大声朗读等。如果全家一起去度假，可以选择电子产品干扰较少的地方。外出游玩时避免频繁拍照，把电子产品收起来，教孩子欣赏风景。即便只是短暂的休息，也可以提醒孩子，大脑本身就是一个奇妙的超级计算机，可以自娱自乐。

## 本章小结

### 要点回顾

● 数字技术并非培养孩子阅读力的障碍。再吸引人、再炫酷、再先进的电子产品也只是机器而已，和所有机器一样，电子产品可好可坏，全看使用者如何使用。

● 家长的目标是帮助孩子恰当地使用电子产品，让他们不被伤害，从中受益。

● 孩子玩电子产品的同时，如果也将足够的时间用于体育锻炼、人际交往、阅读书籍、户外玩耍，那么电子产品就会带来积极正面的影响。但是，如果坐着盯着屏幕是孩子唯一的娱乐方式，孩子的发展就将受到抑制。与面对生活中其他诱惑的处理方法一样，善用电子产品的关键在于适量。

● 不要轻信各种打着“婴幼儿教育”旗号的电视节目和电脑课程。孩子学习说话、阅读、思考的最有效的方法是与他人互动，而非看电视，在键盘上按几个键，或是戳戳屏幕。

● 体育锻炼促进智力发育。

● 家长要顶住压力，不要让孩子从早忙到晚，要鼓励孩子花些时间在房间里“无所事事”，或者躺在外面闲看云卷云舒。孩子需要一段时间远离电子产品，远离朋友，充电提神。

### 行动建议

▶ 保证孩子每天都有适度的活动，包括体育锻炼、与现实世界的人

玩耍或接触实物、玩电子产品。

▶ 为孩子购置新设备之前，多想想它会带来的影响。

▶ 储备自由玩耍所需的物品，如纸、钢笔、铅笔、蜡笔、记号笔、剪刀、胶水、旧杂志、地图、洋娃娃、毛绒玩具等。

▶ 为孩子使用电子产品制定合理的规则，制定规则时可以邀请孩子帮忙。

▶ 不要让婴儿期和学步期的孩子看电视、使用电脑。

▶ 不要在孩子的卧室放置电视。

▶ 不要一直开着电视。

▶ 鼓励孩子加强体育锻炼。

▶ 与孩子一起玩电子产品，一起讨论这个过程中的见闻和感受。向孩子请教新设备的使用方法，并且让孩子帮助自己练习使用。

▶ 有策略地在家中各处放置书籍和其他阅读材料。

▶ 确保孩子有时间休息和发呆。

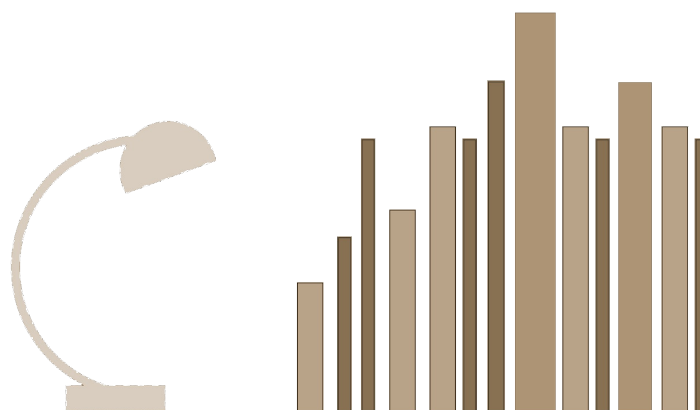
▶ 以身作则，适度合理地使用电子产品。

▶ 安排“不插电”的假期，远离电子产品。

---

1. 体脂肪率是人体脂肪质量在人体总质量中所占的比例。——编者注

# 第九章
# 结语



本书为家长提供了一些方法来培养孩子的阅读力，让孩子不但会读书，而且热爱读书。基于以下三个原因，我有信心，这些方法绝对可以帮助家长达成目标。

首先，花费时间阅读本书即意味着，身为家长的你已经意识到，阅读在孩子的人生中扮演着重要角色，并决心培养孩子拥有强大的阅读力。此种对阅读的理解与积极的态度，会深深地影响孩子的一生。

其次，大自然已经赐予了孩子良好的开端。孩子从出生时起便拥有数十亿脑细胞，有学习的内在动力，以及学习语言的能力。这些特质是孩子生存系统的一部分。孩子本身就对学习有很高的积极性，就像一台小小的学习机。家长要做的，则是强化这些天生的特质，如此便胜利在望了。

最后，本书推荐的包含五个步骤的方法既简单又有趣，家长不管多么忙碌，都可以在日常生活中应用。我一直在心里将这套方法称为“培

养孩子阅读力之蛋卷冰激凌法”，原因在于，这套方法就像蛋卷冰激凌，设计简单，各个年龄层次的人都喜欢，人们在使用时还可以加入个人口味，并且这个方法始终以乐趣为中心。

要记住，乐趣是最强大的推动力。

本书的旅程即将结束，唯愿本书能成为你与孩子美好旅程的开始。



# 注释

我列出了一些资料来源，按每章出现的主题分类，供想进一步了解本书所讨论的话题的读者查看。这些资料大多可以通过互联网或在书店及公共图书馆找到。

## 自序 我与这本书的故事

**研究人员与普通大众之间的认知差距：**

“阅读火箭”是一个美国全国性的多媒体项目，由美国教育部拨款资助，致力于“教孩子阅读和帮助有失读症的孩子”。从“阅读火箭”的官方网站可以获取一个列表，上面列出了一些重要的关于教授阅读的方法的联邦报告，网址为：
http://www.readingrockets.org/research/federal/nichd2。

**文盲与识字文盲：**

*Fostering the Love of Reading: The Affective Domain in Reading Education*, edited by Eugene H. Cramer and Marrietta Castle, International Reading Association, 1994. See page 4.

**阅读对孩子一生的影响：**

*Straight Talk about Reading: How Parents Can Make a Differ-ence During the Early Years*, Susan L. Hall and Louisa C. Moats, Contemporary Books, 1999. See pages 6–7.

心理学家丹尼尔·戈尔曼探讨过培养孩子社交能力和情商的价值，其相关著作为：

*Emotional Intelligence: Why It Can Matter More Tan IQ*. Bantam Books, 1995.

# 第一章 给家长的定心丸

**家长对孩子的读写能力有着至关重要的影响：**

*Ladders to Literacy: A Preschool Activity Book* by Angela Notari-Syverson, Rollanda E. O'Connor, and Patricia F. Vadasy, Brookes Publishing, 1998. See Introduction.

**玩耍在儿童发育过程中的重要性：**

"Play: Essential for All Children, A Position Paper of the Association for Childhood Education International," by Joan Packer Isenberg and Nancy Quisenberry, Association for Childhood Education International (ACEI), 2002:

http://www.ci.pleasanton.ca.us/services/recreation/gb/gb-playessentials.html.

# 第二章 无须理会的观点

## 误解：当今是科技社会，读书过时了

**教育水平与寿命长短：**

“Longevity Up in U.S., but Education Creates Disparity, Study Says,” Sabrina Tavernise, *New York Times*, April 3, 2012.

**教育的价值:**

克劳迪娅·戈尔丁与劳伦斯·卡茨合著的《教育与科技的竞争》（哈佛大学出版社，2008）一书中提到，人若想成功，受教育，尤其是接受高等教育，是至关重要的。但21世纪经济迅猛发展，我们生活的世界日益专业化，大学文凭不再等于“成功入场券”。见325页、352–353页。

“Questions for Dr. Retail,” David Brooks, *New York Times*, February 8, 2008.

## 误解：学校有责任教导孩子从小学习阅读

**设置目标：**

*The Learning Child: Guidelines for Parents and Teachers*, Dorothy H. Cohen, Schocken Books, l988. See pages 174 and 186.

**失读症检测：**

*Overcoming Dyslexia*, Sally Shaywitz, Vintage Books, 2005. See page

10.

## 误解：老师应该负担起培养孩子阅读力的全部责任

**父母扮演的角色：**

*Becoming a Nation of Readers: The Report of the Commission on Reading*, Richard C. Anderson, Elfrieda H. Hiebert, Judith A. Scott, and I. A. G. Wilkinson, National Institute of Education, Center for the Study of Reading, 1985. See page 57.

**考试：**

巴德学院校长利昂·波特斯坦在《标准化考试的暴政》（《纽约时报》，2000年5月28日刊）一文中发出哀叹，美国公立学校正越来越依赖标准化考试，代价则是将教育的目标变为知识和理解。

# 第三章 步骤一：多和婴儿期、学步期、学龄期的孩子聊天

**环境的影响：**

“基因是环境的仆人。”这句话来源于哥伦比亚大学教授、诺贝尔奖得主埃里克·坎德尔2011年在纽约市立大学研究生院发表的题为“成为我们记忆的样子：记忆与生物学”的演讲。该演讲的视频可在以下网址观看：

http://fora.tv/2011/03/28/We_Are_What_We_Remember_Memory_and_

**大脑的可塑性：**

*Enriching the Brain: How to Maximize Every Learner's Potential*, Eric Jensen, John Wiley & Sons, 2006. See page 1.

**词汇越多越好：**

*The Social World of Children Learning to Talk*, Betty Hart and Todd R. Risley, Brookes Publishing, 1999. See Preface.

*Meaningful Differences in the Everyday Experience of Young American Children*, Betty Hart and Todd R. Risley, Brookes Publishing, l995. See pages 98–99.

## 机不可失，时不再来

**早期刺激：**

*Magic Trees of the Mind: How to Nurture Your Child's Intelligence, Creativity, and Healthy Emotions from Birth Through Adolescence*, Marian Diamond and Janet Hopson, Plume, 1999. See page 2.

**知识获取与阅读：**

*Becoming a Nation of Readers: The Report of the Commission on Reading*, Richard C. Anderson, Elfrieda H. Hiebert, Judith A. Scott, and I. A. G. Wilkinson, National Institute of Education, Center for the Study of Reading, 1985. See page 22.

**大脑连接：**

在与儿童代码项目主任大卫·博尔顿对谈时，罗格斯大学分子与行为神经科学中心教授兼主任、世界公认的语言学习障碍权威保拉·塔拉尔，对科学家常说的“神经元越刺激越联结”做出了解释：http://www.childrenofthecode.org/interviews/tallal.htm。

## 简易方法之丰富孩子的语言环境

**建议阅读：**

*Games For Reading: Playful Ways to Help Your Child Read*, Peggy Kaye, Pantheon, 1984.

*Language Games to Play With Your Child*, Allyssa McCabe, Fawcett Columbine, 1987.

*Teach Your Child How to Think*, Edward de Bono, Penguin Books, 1992.

*125 Brain Games for Babies*, Jackie Silberg, Gryphon House, 2012.

*How to Talk So Kids Can Learn: At Home and In School*, Adele Faber and Elaine Mazlish, Simon & Schuster, 1995.

*Magic Trees of the Mind: How to Nurture Your Child's Intelligence, Creativity, and Healthy Emotions from Birth Through Adolescence*, Marian Diamond and Janet Hopson, Plume, 1999.

# 第四章 步骤二：鼓励自由玩耍，捍卫自由时间

**执行力：**

“Can the Right Kinds of Play Teach Self-Control?” Paul Tough, *New York Times*, September 25, 2009.

**玩耍与体育活动：**

“Taking Play Seriously,” Robin Marantz Henig, *New York Times*, February 17, 2008.

琼·帕克·伊森伯格与南希·奎森伯里发表过一篇论据充分的号召性文章，题为《玩耍：所有孩子的必需品，国际儿童教育协会的立场性文件》（国际儿童教育协会，2002），证明童年时期的玩耍对大脑正常发育是必需的，文中写道：“最近有关大脑与学习的研究呈爆发性增长，这表明了玩耍的重要性。”文章可在线阅读：http://www.ci.pleasanton.ca.us/services/recreation/gb/gb-playessentials.html。

“Why Play = Learning,” Kathy Hirsh-Pasek and Roberta Michnick Golinkoff, Ph.D., *Encyclopedia on Early Childhood Development*, 2008: http://www.child-encyclopedia.com/documents/Hirsh-Pasek-GolinkoffANGxp.pdf.

“Your Baby Is Smarter Than You Think,” Alison Gopnik, *New York Times*, August 16, 2009.

## 警惕：自由玩耍的时间越来越少

**游戏时间与课堂时间：**

“At Top Public Schools, the Arts Replace Recess,” Kyle Spencer, *New York Times*, December 7, 2011.

“Playtime Is Over,” David Elkind, Tufts University Professor Emeritus of Child Development, *New York Times*, March 26, 2010.

“The Fittest Brains,” Gretchen Reynolds, *New York Times Magazine*, September 19, 2010.

国家游戏研究院创办人、《游戏如何塑造大脑》作者斯图亚特·布朗，在发表在《纽约时报》的一篇文章《让孩子（多）玩一会儿》（2009年9月2日刊）中解释了玩耍不足对美国儿童造成的教育和社交方面的后果。他引用密歇根大学的一项研究称，过去20年，自由玩耍占比锐减50%。

**不要把孩子的时间安排得太满：**

“Your Baby Is Smarter Than You Think,” Alison Gopnik, *New York Times*, August 16, 2009.

**缺省网络：**

兰迪·L. 巴克纳、杰西卡·R. 安德鲁斯–汉纳和丹尼尔·L. 沙克特在文章《大脑的缺省网络：解剖、功能与疾病的相关性》中称，神经学家最近发现了新的大脑区域，并称之为缺省网络。只有当我们不关注外部环境的时候，这部分区域才会变得活跃，比如在休息、做白日梦、从事较少需要注意力的活动期间，缺省网络开始启动，处理复杂的事情，解决难题。

*Annals of the New York Academy of Sciences, The Year in Cognitive Neuroscience*, Volume 1124, March 2008. See pages 1–38.

**鼓励孩子经常锻炼身体：**

在《纽约时报》的文章《最聪明的大脑》（2010年9月19日刊）一文中，作者格雷琴·雷诺兹写道："即便是少量的有氧活动，也会对大脑发育产生积极影响。"

另见格雷琴·雷诺兹的其他文章。

"How Exercise Could Lead to a Better Brain," Gretchen Reynolds, *New York Times*, April 18, 2012.

## 抽出几分钟，专心地陪孩子玩耍

**地板时光：**

神经病学专家斯坦利·I. 格林斯潘发明了一种方法，用于教授情绪不稳定的孩子，这种方法叫作"地板时光"。地板时光包括与孩子一起坐在地板上，参与某种类型的游戏，鼓励孩子加入互动交流。这种方法可以帮助所有孩子学习表达自己的情感，集中注意力，发展同理心，增强创造力，并学习身体和智力上的新技能。更多内容见*The Essential Partnership*, Stanley Greenspan and Nancy Thorndike Greenspan, Viking Penguin, 1989。

# 第五章 步骤三：为孩子朗读，并注重朗读的方式、时间和内容

**尽早建立自己的知识体系：**

*Straight Talk about Reading: How Parents Can Make a Difference During the Early Years*, Susan L. Hall and Louisa C. Moats, Contemporary Books, 1999. See page 54.

**以阅读为乐：**

*How Children Learn*, John Holt, Addison-Wesley, 1983. See page 150.

**大声朗读：**

*Proust and the Squid: The Story and Science of the Reading Brain*, Maryanne Wolf, Harper Perennial, 2007. See page 83.

## 为孩子朗读的方式、时间和内容

**亲子互动与以阅读为乐：**

*Beginning to Read: Thinking and Learning About Print*, Marilyn Jager Adams, MIT Press, 1990. See page 87.

布鲁金斯学会布朗教育政策中心主任格罗佛·怀特赫斯特是研究儿童读写能力的专家，他提出了“对话式阅读”的观点，并写过很多相关文章。他在《对话式阅读：学龄前儿童阅读的有效方法》中写道：“接受对话式阅读训练的孩子比接受传统阅读训练的孩子在语言测试方面表现更好。”该文章可在线浏览：http://www.readingrockets.org/article/400/。

在与儿童代码项目主任大卫·博尔顿的对谈中，美国国家学习障碍中心（NCLD）执行主任詹姆斯·文多夫谈到家长和老师可以采用对话式阅读的方法，帮助孩子加深理解，扩展词汇量：

http://www.childrenofthecode.org/interviews/wendorf.htm。

**为孩子朗读的时间：**

*Endangered Minds: Why Children Don't Think and What We Can Do about It*, Jane M. Healy, Simon & Schuster, 1990. See page 144.

**扩展为孩子朗读的内容：**

*Proust and the Squid: The Story and Science of the Reading Brain*, Maryanne Wolf, Harper Perennial, 2007. See page 123.

*Educating Minds and Hearts: Social Emotional Learning and the Passage into Adolescence*, Jonathan Cohen, Teachers College Press, 1999. 这本书的第一章讲述了社交情感学习的发展历史及其在教育中的重要性。

# 第六章 步骤四：激发孩子的阅读兴趣

## 提醒：这是孩子一生中的关键时刻

**家长的指导和关注：**

*Teaching with the Brain in Mind*, Eric Jensen, Association for Supervision and Curriculum Development, 1998. See page 33.

*Overcoming Dyslexia*, Sally Shaywitz, Vintage Books, 2005. See page 234.

"Federal and State Strategies to Support Early Reading Achievement,"

Ebo Otuya and Susan Krupka, Educational Testing Service, January 1999. 该文章的作者指出，对于孩子能否学会阅读、在遭遇困难的时候是否坚持，学习动机是决定因素之一。

## 练习阅读的重要性

**大脑模式与阅读：**

有关不同阅读阶段的神经通路的描述，详见page 78 of *Overcoming Dyslexia* by Sally Shaywitz, Vintage Books, 2005。

**自动识读：**

玛丽安娜·沃尔夫在一本书中提到，在阅读中培养自动识读能力的重要性不容小觑。详见page 54 of *Proust and the Squid: The Story and Science of the Reading Brain*, Maryanne Wolf, Harper Perennial, 2007。

*Marilyn Jager Adams, Beginning to Read: Thinking and Learning about Print — A Summary* by Steven Stahl, Jean Osborn, and Fran Lehr, The Center for the Study of Reading, The Reading Research and Education Center, University of Illinois at Urbana-Champaign, 1990. See page 14.

2000年美国国家阅读研究小组报告《教孩子阅读：阅读科学文献的实证评估及其对阅读教学的影响》介绍了自动识读能力的重要性。对于无法流畅阅读的孩子来说，“阅读是一个缓慢的劳动密集型的过程，（他们）只能断断续续地理解内容”。详见该报告第三章“流畅性”，第8页。该报告由美国卫生及公共服务部公布，读者可在以下网址查阅：http://www.nichd.nih.gov/publications/pubs/nrp/Pages/report.aspx。

**家长在没法专注辅导的时候，给予孩子口头指导：**

萨莉·施威茨在著作《克服阅读障碍》（古典书局，2005）第235页写道，在孩子“反复朗读”的过程中，家长和老师给予孩子的直接反馈非常重要。

关于反复朗读的功效，详见2000年美国国家阅读小组报告《教孩子阅读：阅读科学文献的实证评估及其对阅读教学的影响》第三章“流畅性”，第20页：http://www.nichd.nih.gov/publications/pubs/nrp/Pages/report.aspx。

# 第七章 步骤四（补充）：怎样帮助在阅读方面有困难的孩子

**积极主动的家长：**

在GreatSchools.org网站的在线访谈中，萨莉·施威茨讲述了一个积极的家长如何将“一个不开心的患有失读症的孩子变成一个快乐的、可以熟练阅读的孩子”。这个题为“对话萨莉·施威茨，《克服阅读障碍》作者、医学博士”的访谈信息量很大，可访问以下网址了解详情：http://www.greatschools.org/special-education/LD-ADHD/836-a-conversation-with-sally-shaywitz-m-dauthor-of-overcoming-dyslexia.gs。

**自尊心：**

在前面提到的与儿童代码项目主任大卫·博尔顿的对谈中，保拉·塔拉尔介绍了语言发展、自尊心和学业成功三者之间的密切关系：http://www.childrenofthecode.org/interviews/tallal.htm。

**失读症：**

苏珊·L. 霍尔与路易莎·C. 莫茨在著作《直面阅读：家长如何影响孩子早期发展》（当代书局，1999）中介绍了失读症如何使得语言学习者无法“识别、控制、学习发音”，无法将语音与文字相关联。详见第273页。

**在学校为孩子发声：**

霍尔与莫茨也大力提倡在孩子学习阅读的早期，成人给予孩子必要的干预。详见《直面阅读》第155页。

“Avoiding the Devastating Downward Spiral: The Evidence that Early Intervention Prevents Reading Failure,” Joseph K. Torgesen, *American Educator*,Fall 2004: http://www.aft.org/newspubs/periodicals/ae/fall2004/torgesen.cfm.

*Beyond the Classroom: Why School Reform Has Failed and What Parents Need to Do*, Laurence Steinberg, Simon & Schuster, 1996. See page 127.

萨莉·施威茨同样赞成，应尽早帮助有阅读困难的孩子，详见《克服阅读障碍》（古典书局，2005）。

**鼓励孩子听故事和有声书：**

*Endangered Minds: Why Children Don’t Think and What We Can Do about It*, Jane M. Healy, Simon & Schuster, 1990. See page 144.

# 第八章 步骤五：电子产品的使用应适度

哈佛大学心理学教授史蒂文·平克在《超越大众传媒的思想》（《纽约时报》，2010年6月11日刊）一文中提倡，不要彻底拒绝电子产品，应采取让使用者自律的做法。

**不让婴儿期或学步期的孩子看电视、用电脑：**

在《连接失败：电脑如何影响孩子的思维，更好还是更坏？》（西蒙与舒斯特公司，1998）一书中，简·M. 希利写道，电脑给学龄前儿童带来的“人工的刺激”会抑制大脑天然的发育（见242页）。

东南密苏里州立大学名誉教授、儿童教育专家苏珊·W. 郝格兰在文章《科技应该在幼儿学习中扮演什么角色？》（*Young Children* 54/6, 1999，美国幼儿教育协会下属刊物，26~31页）中警告家长，不要让3岁以下的孩子玩电脑游戏。

儿童联盟是由教育家、医生和心理学家组成的非营利机构，致力于支持孩子的健康发展、学习热情和快乐生活，推动相关政策与实践落地。儿童联盟在研究报告《傻瓜的金子：审视电脑在孩子童年时期的作用》（科琳·科德斯、爱德华·米勒等，2000）中提出建议，电脑会给7岁以下的孩子带来健康、社交关系、智力发展方面的破坏性后果。阅读或订阅此报告，请访问儿童联盟网站：http://www.allianceforchildhood.org/fools_gold。



# 致谢

本书的写作时间跨度很大，在写作本书期间，我得到过许多人的帮助。

首先我要感谢我的父母，西德尔·纽曼和大卫·纽曼，他们把自己对阅读的热爱传递给我和我的姐姐芭芭拉，让我们能够享受书本和图书馆的乐趣。

我还要感谢我的儿子本杰明、贾斯廷和亚当，他们在年幼时帮助我测试我的理论，长大后又给我提出批评意见。他们的深刻见解，他们给我的持续不断的鼓励及其他各方面的帮助，对我而言意义重大。

我也十分感激卓有远见的教育工作者埃伦·斯坦、加德纳·P．邓曼，及已故的弗兰克·莫雷蒂。很久之前我在曼哈顿道尔顿学校做过关于如何培养孩子阅读力的演讲，他们给了我很多建议，激发了我创作本书的灵感。

衷心地感谢我的家人、朋友和同事，他们在就餐间隙、去中央公园散步的途中耐心地聆听我讨论阅读的话题，他们会去听我的演讲，与我分享自己的育儿故事。身边环绕着如此有爱心、忠诚、慷慨和才华横溢的一群人，我何其幸运。

我还要感谢纽约公共图书馆科学与工商业馆主任克莉丝汀·麦克多诺、纽约社会图书馆馆长马克·巴特利特、编剧室执行理事唐娜·布罗

迪、机械与商人总会的卡琳·泰勒。他们在研究上为我提供了很多支持，并且这些年来一直为我提供安静的工作空间。

另外，十分感激特里贝克视觉出版社的工作人员，他们的团队非常棒，他们用自己的专业技能和辛勤工作，把我的梦想变成现实。特此感谢总编亚当·N. 埃尔加，美术总监雷吉斯·札尔曼，编辑罗宾·里昂·海格、托马斯·S. 克莱蒙斯、艾琳·克莱蒙和特丽萨·刘，以及市场总监希夫娜·戈登堡。

最后，特别感谢我的丈夫亨利，因为有他的爱和支持，这本书的完成才成为可能。



# 参考书目

Adams, Marilyn Jager, Steven A. Stahl, Jean Osborn, and Fran Lehr. *Beginning to Read: Thinking and Learning about Print—A Summary*. Champaign-Urbana: University of Illinois, Center for the Study of Reading, 1990.

Adams, Marilyn Jager. *Beginning to Read: Thinking and Learning about Print*. Cambridge, MA: MIT Press, 1990.

Bauerlein, Mark. *The Dumbest Generation: How the Digital Age Stupefies Young Americans and Jeopardizes Our Future*. New York: Penguin, 2009.

Bender, Lauretta. "Specific Reading Disability as a Maturational Lag." *Bulletin of the Orton Society*, 8 (May 1957).

Bettelheim, Bruno. *A Good Enough Parent: A Book on Child-Rearing*. New York: Alfred A. Knopf, 1987.

Bettelheim, Bruno and Karen Zelan. *On Learning to Read: The Child's Fascination with Meaning*. New York: Alfred A. Knopf, 1982.

Bilton, Nick. "Resolving to Practice Some iPhone Abstinence." *New York Times*, Jan. 2, 2012.

Botstein, Leon. "A Tyranny of Standardized Tests." *New York Times*, May 28, 2000.

Bransford, John D., Ann L. Brown, and Rodney R. Cocking, eds. *How People Learn: Brain, Mind, Experience, and School.* Washington, DC: National Research Council Committee on Developments in the Science of Learning, National Academy Press, 2000.

Bronson, Po, and Ashley Merryman. *NurtureShock: New Thinking about Children*. New York: Hachette Book Group, 2009.

Brooks, David. "Questions For Dr. Retail." *New York Times*, February 8, 2008.

Brown, Stuart. "Let the Children Play (Some More)." *New York Times*, September 2, 2009.

Bruner, Jerome. *The Process of Education*. Cambridge, MA: Harvard University Press, 1960.

Buckner, Randy L., Jessica R. Andrews-Hanna, and Daniel L. Schacter. "The Brain's Default Network: Anatomy, Function, and Relevance to Disease." *Annals of the New York Academy of Sciences, The Year in Cognitive Neuroscience*, 1124 (March 2008).

Burrough, Bryan. "When You Text Till You Drop." Review of *iDisorder* by Larry D. Rosen. *New York Times Book Review*, May 12, 2012.

Chall, Jeanne. *The Academic Achievement Challenge: What Really Works in the Classroom?* New York: Guilford Press, 2002.

Cicci, Regina. *What's Wrong With Me?: Learning Disabilities at Home and School*. Baltimore: York Press, 1995.

Cohen, Dorothy H. *The Learning Child: Guidelines for Parents and Teachers*. New York: Schocken Books, 1988.

Cohen, Jonathan. *Educating Minds and Hearts: Social Emotional Learning and the Passage into Adolescence*. Teachers College Press and the Association for Supervision and Curriculum Development, 1999.

Cohen, Lawrence J. *Playful Parenting: An Exciting New Approach to Raising Children That Will Help You Nurture Close Connections, Solve Behavior Problems, Encourage Confidence*. New York: Ballantine Books, 2001.

Corbett, Sara. "Games Theory." *New York Times Magazine*, September 19, 2010.

Cordes, Colleen, and Edward Miller, eds. *Fool's Gold: A Critical Look at Computers in Childhood*. Alliance for Childhood, http://www.allianceforchildhood.org/fools_gold.

Cramer, Eugene H., and Marrietta Castle, eds. *Fostering the Love of Reading: The Affective Domain in Reading Education*. Newark: International Reading Association, 1994.

Davis, Ronald D. *The Gift of Dyslexia: Why Some of the Smartest People Can't Read … and How They Can Learn*. Burlingame: Ability Workshop Press, 1994.

de Bono, Edward. *Teach Your Child How to Think*. New York: Penguin Books, 1992.

DeFord, Susan. "High Tech for the Disabled." *Washington Post*, July 28, 1998.

Diamond, Marion, and Janet Hopson. *Magic Trees of the Mind: How to Nurture Your Child's Intelligence, Creativity, and Healthy Emotions from Birth Through Adolescence*. New York: Plume, 1999.

Doidge, Norman. *The Brain That Changes Itself: Stories of Personal Triumph from the Frontiers of Brain Science*. New York: Penguin Group, 2007.

Duane, Drake D. and David B. Gray, eds. *The Reading Brain: The Biological Basis of Dyslexia*. Parkton, MD: York Press, 1991.

Duhigg, Charles. *The Power of Habit: Why We Do What We Do in Life and Business.* New York: Random House, 2012.

Eide, Brock L., and Fernette F. Eide. *The Dyslexic Advantage: Unlocking the Hidden Potential of the Dyslexic Brain*. New York: Hudson Street Press, 2011.

Elias, Maurice J., Steven E. Tobias, and Brian S. Friedlander. *Emotionally Intelligent Parenting: How to Raise a Self-Disciplined, Responsible, Socially Skilled Child*. New York: Three Rivers Press, 1999.

Elkind, David. "Playtime Is Over." *New York Times*, March 26, 2010.

Elkind, David. *The Hurried Child: Growing Up Too Fast Too Soon.* New York: Addison-Wesley, 1988.

Eyre, Linda, and Richard Eyre. *Teaching Your Children Joy.* New York: Touchstone, 1994.

Faber, Adele, and Elaine Mazlish. *How to Talk So Kids Can Learn: At Home and In School.* New York: Simon & Schuster, 1995.

Fink, Rosalie P. "Literacy Development in Successful Men and Women with Dyslexia." *Annals of Dyslexia*, 48 (1998).

Flesch, Rudolf. *Why Johnny Can't Read: And What You Can Do about It.* New York: Harper and Row, 1955.

Foss, Ben. *The Dyslexia Empowerment Plan: A Blueprint for Renewing Your Child's Confidence and Love of Learning.* New York: Ballantine Books, 2013.

Fried, Robert L. *The Passionate Learner: How Teachers and Parents Can Help Children Reclaim the Joy of Discovery.* Boston: Beacon Press, 2001.

Galinsky, Ellen. *Mind in the Making: The Seven Essential Life Skills Every Child Needs.* New York: HarperCollins, 2010.

Gardner, Howard. *Frames of Mind: The Theory of Multiple Intelligences.* New York: Basic Books, 1983.

Gee, James Paul. *What Video Games Have to Teach Us about Learning and Literacy*, 2nd ed. New York: Palgrave Macmillan, 2007.

Gladwell, Malcolm. *Outliers: The Story of Success.* New York: Little, Brown and Company, 2008.

Gleik, James. *Faster: The Acceleration of Just about Everything.* New York: Pantheon Books, 1999.

Goldin, Claudia, and Lawrence F. Katz. *The Race between Education and Technology.* Cambridge, MA: Belknap Press of Harvard University Press, 2008.

Goldstein, Sam, and Nancy Mather. *Overcoming Underachieving: An Action Guide to Helping Your Child Succeed in School.* New York: John Wiley & Sons, 1998.

Goleman, Daniel. *Emotional Intelligence: Why It Can Matter More Than IQ.* New York: Bantam Books, 1995.

Golick, Margie. *Playing with Words*. Markham, ON: Pembroke, 1987.

Gopnik, Alison. "Your Baby Is Smarter Than You Think." *New York Times*, August 16, 2009.

Greene, Lawrence J. *Kids Who Underachieve: Strategies for Understanding and Parenting the Academically Troubled Child*. New York: Simon & Schuster, 1986.

Greenspan, Stanley, and Nancy Thorndike Greenspan. *The Essential Partnership: How Parents and Children Can Meet the Emotional Challenges of Infancy.* New York: Viking Penguin, 1989.

Hall, Susan L., and Louisa C. Moats, *Parenting a Struggling Reader: A Guide to Diagnosing and Finding Help for Your Child's Reading Difficulties*. New York: Broadway Books, 2002.

Hall, Susan L. and Louisa C. Moats. *Straight Talk about Reading: How Parents Can Make a Difference During the Early Years*. Chicago: Contemporary Books, 1999.

Harris, Angel L. *Kids Don't Want to Fail: Oppositional Culture and the Black-White Achievement Gap*. Cambridge: President and Fellows of Harvard College, 2011.

Hart, Betty, and Todd R. Risley. *Meaningful Differences in the Everyday Experience of Young American Children*. Baltimore: Brookes Publishing, 1995.

Hart, Betty and Todd R. Risley. *The Social World of Children Learning to Talk*. Baltimore: Brookes Publishing, 1999.

Haugland, Susan W. "What Role Should Technology Play in Young Children's Learning?" *Young Children*, 54 (1999).

Healy, Jane M. *Different Learners: Identifying, Preventing, and Treating Your Child's Learning Problems*. New York: Simon & Schuster, 2010.

Healy, Jane M. *Endangered Minds: Why Children Don't Think and What We Can Do about It*. New York: Simon & Schuster, 1990.

Healy, Jane M. *Failure to Connect: How Computers Affect Our Children's Minds—for Better or Worse*. New York: Simon & Schuster, 1998.

Healy, Jane M. *Your Child's Growing Mind: Brain Development and Learning from Birth to Adolescence*. New York: Doubleday, 1987.

Heckman, James J. *Giving Kids a Fair Chance (A Strategy That Works)*. Cambridge: MIT Press, 2013.

Henig, Robin Marantz. "Taking Play Seriously." *New York Times*, February 17, 2008.

Hirsh-Pasek, Kathy, and Roberta Michnick Golinkoff. "Why Play = Learning" *Encyclopedia on Early Childhood Development*, 2008.

Hochschild, Arlie Russell. *The Second Shift: Working Parents and the Revolution at Home*. New York: Avon, 1990.

Holt, John. *How Children Learn*, Rev. ed. Reading, PA: Addison-Wesley, 1983.

Holt, John. *Learning All the Time: How Small Children Begin to Read, Write, Count, and Investigate the World without Being Taught*. New York: Addison-Wesley, 1989.

Hornsby, Beve. *Overcoming Dyslexia: A Straightforward Guide for Families and Teachers*. New York: Arco Press, 1984.

Isenberg, Joan Packer, and Nancy Quisenberry. "Play: Essential for All Children, A Position Paper of the Association for Childhood Education International." Association for Childhood Education International (ACEI), http://www.ci.pleasanton.ca.us/services/recreation/gb/gb-playessentials.html.

Jackson, Maggie. *Distracted: The Erosion of Attention and the Coming Dark Age*. Amherst, MA: Prometheus Books, 2008.

Jacobson, Jennifer Richard, and Dottie Raymer. *How Is My Second Grader Doing in School?: What to Expect and How to Help*. New York: Simon & Schuster, 1998.

Jansky, Jeannette, and Katrina de Hirsch. *Preventing Reading Failure: Prediction, Diagnosis, Intervention*. New York: Harper & Row, 1972.

Jensen, Eric. *Enriching the Brain: How to Maximize Every Learner's Potential*. San Francisco: John Wiley & Sons, 2006.

Jensen, Eric. *Teaching with the Brain In Mind*. Alexandria, VA: ASCD Press, 1998.

Jones, Claudia. *Parents Are Teachers, Too: Enriching Your Child's First Six Years*. Charlotte, VT: Williamson Publishing, 1988.

Kahneman, Daniel. *Thinking, Fast and Slow*. New York: Farrar, Straus and Giroux, 2011.

Kandel, Eric. "We Are What We Remember: Memory + Biology." http://fora.tv/2011/03/28/We_Are_What_We_Remember_Memory_and_Biology.

Kavanagh, James F., ed. *The Language Continuum: From Infancy to Literacy*. Parkton, MD: York Press, 1991.

Kaye, Peggy. *Games For Reading: Playful Ways to Help Your Child Read*. New York: Pantheon, 1984.

Keller, Bill. "The Twitter Trap." *New York Times Magazine,* May 22, 2011.

Kennedy-Moore, Eileen, and Mark S. Lowenthal. *Smart Parenting for Smart Kids: Nurturing Your Child's True Potential*. San Francisco: Jossey-Bass, 2011.

Kirp, David L. *The Sandbox Investment: The Preschool Movement and Kids-First Politics*. Cambridge: Harvard University Press, 2007.

Kotulak, Ronald. *Inside the Brain: Revolutionary Discoveries of How the Mind Works*. Kansas City, MO: Andrews McMeel Publishing, 1996.

Langer, Ellen J. *The Power of Mindful Learning*. Reading, PA: Perseus Books, 1997.

Leonard, Laurence B. *Children with Specific Language Impairment*. Cambridge, MA: MIT Press, 1997.

Leong, Che Kan, ed. *Annals of Dyslexia: An Interdisciplinary Journal of the International Dyslexia Association*, 52 (2002).

Leonhardt, Mary. *Keeping Kids Reading: How to Raise Avid Readers in the Video Age*. New York: Crown, 1996.

Lyons, Carol A. *Teaching Struggling Readers: How to Use Brain-based Research to Maximize Learning*. Portsmouth, NH: Heinemann, 2003.

Manguel, Alberto. *A History of Reading*. New York: Viking, 1996.

McCabe, Allyssa. *Language Games to Play With Your Child*. New York: Fawcett Columbine, 1987.

McGuiness, Diane. *Early Reading Instruction: What Science Really Tells Us about How to Teach Reading.* Cambridge: Bradford Books-MIT Press, 2004.

McGuiness, Diane. *Growing a Reader from Birth: Your Child's Path from Language to Literacy.* New York: W.W. Norton & Company, Inc., 2004.

McGuiness, Diane. *Why Our Children Can't Read And What We Can Do about It: A Scientific Revolution in Reading.* New York: Simon & Schuster, 1997.

Mooney, Jonathan, and David Cole. *Learning Outside the Lines: Two Ivy League Students with Learning Disabilities and ADHD Give You the Tools for Academic Success and Educational Revolution.* New York: Touchstone, 2000.

Muller, Eric. *While You're Waiting for the Food to Come: Experiments and Tricks That Can Be Done at a Restaurant, The Dining Room Table, or Wherever Food Is Served.* New York: Orchard Books, 1999.

Nader, Ralph. *Children First!: A Parent's Guide to Fighting Corporate Predators.* Washington, DC: Corporate Accountability Research Group, 1996.

National Institute of Child Health and Human Development, National Reading Panel. *Teaching Children to Read: An Evidence-Based Assessment of the Scientific Research Literature on Reading and Its Implications for Reading Instruction.* Rockville, MD: U.S. Dept. of Health and Human Services, 2000.

National Institute of Education, Commission on Reading. *Becoming a Nation of Readers: The Report of the Commission on Reading*. Washington, DC, 1985.

Nisbett, Richard E. *Intelligence and How to Get It: Why Schools and Cultures Count*. New York: W. W. Norton, 2009.

Notari-Syverson, Angela, Rollanda E. O'Connor, and Patricia F. Vadasy. *Ladders to Literacy: A Preschool Activity Book*. Baltimore: Brookes Publishing, 1998.

Osman, Betty B. *Learning Disabilities: A Family Affair*. New York: Warner Books, 1979.

Otuya, Ebo, and Susan Krupka. "Federal and State Strategies to Support Early Reading Achievement." Washington, DC: Educational Testing Service, Washington, DC: January 1999.

Pink, Daniel H. *A Whole New Mind: Why Right-Brainers Will Rule the Future*. New York: Penguin Group, 2005.

Pink, Daniel H. *Drive: The Surprising Truth about What Motivates Us*. New York: Penguin Books, 2009.

Pinker, Steven. "Mind Over Mass Media." *New York Times*, June 11, 2010.

Ravitch, Diane. *Reign of Error: The Hoax of the Privatization Movement and the Danger to America's Public Schools*. New York: Alfred A. Knopf, 2013.

Ravitch, Diane, *The Death and Life of the Great American School System: How Testing and Choices Are Undermining*

*Education*. New York: Basic Books, 2010.

Reynolds, Gretchen. "Jogging Your Brain." *New York Times Magazine*, April 22, 2012.

Reynolds, Gretchen. "The Fittest Brains." *New York Times*, September 19, 2010.

Rich, Motoko. "Literacy Debate: Online, R U Really Reading?" *New York Times*, July 27, 2008.

Richtel, Matt. "Achieving a Healthful Digital Diet." *New York Times*, November 21, 2010.

Richtel, Matt. "In Online Games, a Path to Young Consumers." *New York Times*, April 20, 2011.

Root, Betty. *Help Your Child Learn to Read*. London: Usborne, 1988.

Rosenfeld, Alvin, and Nicole Wise. *The Over-Scheduled Child: Avoiding the Hyper-Parenting Trap.* New York: St. Martin's Griffin, 2001.

Shaywitz, Sally. "A Conversation with Sally Shaywitz, M.D., Author of *Overcoming Dyslexia*." Great Schools, http://www.greatschools.org/special-education/LD-ADHD/836-a-conversation-with-sally-shaywitz-m-d-author-of-overcoming-dyslexia.gs.

Shaywitz, Sally. *Overcoming Dyslexia: A New and Complete Science-Based Program for Reading Problems at Any Level.* New York: Vintage Books, 2005.

Siegel, Daniel J., and Tina Payne Bryson. *The Whole-Brained Child: 12 Revolutionary Strategies to Nurture Your Child's Developing Mind*. New York: Delacorte, 2011.

Silberg, Jackie. *125 Brain Games for Babies*. Beltsville: Gryphon House, 2012.

Simpson, Eileen. *Reversals: A Personal Account of Victory over Dyslexia*. New York: Houghton Mifflin, 1979.

Snow, Catherine E., M. Susan Burns, and Peg Griffin, eds. *Preventing Reading Difficulties in Young Children*. Washington, DC: National Research Council, National Academy Press, 1998.

Spencer, Kyle. "At Top Public Schools, The Arts Replace Recess." *New York Times*, Dec. 7, 2011.

Spock, Benjamin. *A Better World for Our Children: Rebuilding American Family Values*. Bethesda, MD: National Press Books, 1994.

Stanislas, Dehaene. *Reading in the Brain: The Science and Evolution of a Human Invention*. New York: Viking Penguin, 2009.

Steinberg, Laurence. *Beyond the Classroom: Why School Reform Has Failed and What Parents Need to Do*. New York: Simon & Schuster, 1996.

Stevens, Suzanne H. *The Learning-Disabled Child: Ways That Parents Can Help*. Winston-Salem: John F. Blair, 1980.

Steyer, James P., *The Other Parent: The Inside Story of the*

*Media's Effect on Our Children*. New York: Atria Books, 2003.

Stipek, Deborah, and Kathy Seal. *Motivated Minds: Raising Children to Love Learning.* New York: Henry Holt, 2001.

Stoll, Clifford. *Silicon Snake Oil: Second Thoughts on the Information Highway.* New York: Doubleday, 1995.

Stross, Randall. "Computers at Home: Educational Hope vs. Teenage Reality." *New York Times*, July 10, 2010.

Tallal, Paula. Interview with David Boulton. Children of the Code Project, http://www.childrenofthecode.org/interviews/tallal.htm.

Tavernise, Sabrina. "Longevity Up in U.S., but Education Creates Disparity, Study Says." *New York Times*, April 3, 2012.

Torgesen, Joseph K. "Avoiding the Devastating Downward Spiral: The Evidence that Early Intervention Prevents Reading Failure." *American Educator* (Fall 2004).

Torgesen, Joseph K. "Preventing Early Reading Failure." *American Educator* (Fall 2004).

Torgesen, Joseph K. "The Prevention of Reading Difficulties." *Journal of School Psychology*, 40 (2002).

Tough, Paul. "Can the Right Kinds of Play Teach Self-Control?" *New York Times*, Sept. 25, 2009.

Tough, Paul. *How Children Succeed: Grit, Curiosity, and the Hidden Power of Character.* New York: Houghton Mifflin Harcourt, 2012.

Trelease, Jim. *The Read-Aloud Handbook*, 6th ed. New York: Penguin Books, 2006.

Turkington, Carol, and Joseph R. Harris. *The A to Z of Learning Disabilities.* New York: Checkmark Books, 2006.

Vail, Priscilla L. *Smart Kids With School Problems: Things to Know and Ways to Help.* New York: Penguin, 1987.

Wasik, Bill, Jane Avrich, Steven Johnson, Ralph Koster, and Thomas de Zengotita. "Grand Theft Education: Literacy in the Age of Video Games." *Harper's Magazine*, September 2006.

Wayne, Teddy. "A Smartphone Future? But Not Yet." *New York Times*, March 25, 2012.

Wendorf, James. Interview with David Boulton. Children of the Code Project, http://www.childrenofthecode.org/interviews/wendorf.htm.

West, Thomas G. *In The Mind's Eye: Visual Thinkers, Gifted People with Dyslexia and Other Learning Difficulties, Computer Images and the Ironies of Creativity.* Amherst: Prometheus Books, 1997.

Whitehurst, Grover J. "Dialogic Reading: An Effective Way to Read to Preschoolers." Reading Rockets, http://www.readingrockets.org/article/400/.

Wiener, Harvey S. *Any Child Can Read Better: Developing Your Child's Reading Skills.* New York: Oxford University Press, 1990.

Winer, Laurie. "Born to Check Mail." Review of *Hamlet's Blackberry: A Practical Philosophy for Building a Good Life in the Digital Age* by William Powers. *New York Times Sunday Book Review*, July 18, 2010.

Wolf, Maryanne. *Proust and the Squid: The Story and Science of the Reading Brain*. New York: Harper Perennial, 2007.

Wood, David. *How Children Think and Learn: The Social Contexts of Cognitive Development*. Cambridge, UK: Blackwell Publishers, 1994.